



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

PROGRAMA

“REEDUCAR PARA NO DAÑAR”

INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA
PARA LA REEDUCACIÓN DE

HOMBRES

PRIVADOS DE LIBERTAD POR
VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA





DEFENSORÍA DEL PUEBLO
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

PROGRAMA

“REEDUCAR PARA NO DAÑAR”

INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA
REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE
LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA

2024

**“REEDUCAR PARA NO DAÑAR”
INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN
DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA
FAMILIAR O DOMÉSTICA**

Elaborado por:

Defensoría del Pueblo

Unidad de Derechos Generacionales y Género

Delegación Defensorial Adjunta para la Protección

de Derechos Humanos Generacionales, Género y Diversidades

Ministerio de Gobierno

Dirección General Régimen Penitenciario

Edición, corrección de estilo y diseño:

Delegación Defensorial Adjunta para la Promoción

de Derechos Humanos y Cultura de Paz

Producción:

Defensoría del Pueblo

Oficina Central: Calle Colombia N.º 440 - Zona San Pedro

Central (2) 2113600 - 2112600

Casilla 791

Julio 2024

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	5
PRIMERA PARTE	13
I. Justificación	13
II. Políticas hacia hombres que han ejercido violencia que se encuentran en centros penitenciarios	14
III. Objetivos del Programa	14
SEGUNDA PARTE.....	19
I. Marco Normativo	19
TERCERA PARTE.....	27
I. Principios básicos en la intervención con HEV – PL	27
II. Enfoque para la intervención psicoterapéutica del Programa II.	28
III. Equipos que trabajan con HEV - PL	29
IV. Espacios y materiales para el desarrollo de las sesiones terapéuticas	31
V. Población meta	31
VI. Admisión al Programa	31
VII. Presentación de requisitos	34
CUARTA PARTE.....	37
I. Fase Inicial - Evaluación Inicial de los participantes	37
II. Contrato terapéutico	41
III. Fase Intermedia –Intervención–	41
IV. Fase final	56
ANEXOS	59



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



PRESENTACIÓN

En Bolivia, la violencia contra las mujeres se presenta en diferentes ámbitos de nuestra población, con consecuencias irreparables en muchos de los casos, como el feminicidio.

Nuestra norma suprema, ha previsto una protección reforzada para las mujeres, al establecer con claridad, el derecho que tienen a no sufrir violencia física, sexual o psicológica, entre otros, tanto en la familia como en la sociedad. Es en ese entendido, que el Estado boliviano ha adoptado las medidas necesarias para prevenir, eliminar y sancionar la violencia contra la mujer.

Ante la desigualdad de género, el legislativo, en respuesta a los actos de violencia contra la mujer, ha concebido la necesidad de adoptar normas cuya prioridad sea la erradicación de la violencia hacia las mujeres, por ser una de las formas más extremas de discriminación en razón de género. Es así, que la Ley N° 348, ha previsto no sólo mecanismos para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia, también optó por un enfoque integral, en el que el hombre que ejerce violencia asuma su responsabilidad.

Es a partir de ello, que la reeducación/resocialización de los hombres que ejercen violencia se convierte en un elemento necesario y obligatorio, pues es un mecanismo de prevención/protección ante la violencia actual e intergeneracional contra la mujer.

El Ministerio de Gobierno a través de la Dirección General de Régimen Penitenciario en cumplimiento a sus competencias legales y en trabajo coordinado con la Defensoría del Pueblo, lleva adelante el programa para fortalecer los mecanismos de la Reeducación de los Hombres que Ejercen Violencia en los centros penitenciarios a nivel nacional, en particular, en los casos en que se han cometido delitos de violencia familiar o doméstica, con la finalidad de promover cambios en su conducta agresiva.

En cumplimiento al art. 31 de la ley N.º 348 "Ley Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia, se construyó el programa "REEDUCAR PARA NO DAÑAR": intervención psicoterapéutica para hombres privados de libertad por violencia familiar o doméstica, como una propuesta de herramienta metodológica a ser adoptada e implementada por los centros penitenciarios a nivel nacional a través del servicio de asistencia psicológica para el desarrollo de la intervención psicoterapéutica de los hombres privados de libertad que ejercen violencia.

Siendo importante enfatizar que, el mencionado programa de “REEDUCAR PARA NO DAÑAR” es complementario; y no estipula beneficio al otorgar carga horaria ni reemplaza las sanciones impuestas por los hechos de violencia. Su objetivo es que los hombres privados de libertad que ejercen violencia asuman su responsabilidad y generen un cambio en su conducta, con la finalidad de que los actos de violencia no se repitan en el futuro.

Esperamos que este programa se constituya en un método para el desarrollo de las psicoterapias en sus diferentes etapas y una fuente de consulta durante su desarrollo.



DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO
RESOLUCIÓN ADMINISTRATIVA N° 03/2023

La Paz, 16 de noviembre de 2023

VISTOS:

La Dirección General de Régimen Penitenciario, en el marco de sus competencias, conforme a la documentación y antecedentes que cursan en esta Dirección, debe generar mecanismo a favor de las personas privadas de libertad, que fomente y amplíen los programas de tratamiento para los hombres que se encuentran reclusos por los delitos de Violencia Familiar o Doméstica.

CONSIDERANDO I:

Que Estado Plurinacional de Bolivia, en cumplimiento a los mandatos de nuestra Constitución Política del Estado, viene generando acciones diversas en políticas para erradicar la violencia hacia la mujer, por lo cual, en la gestión 2022 se emitió el Decreto Supremo Nro. 4650, 5 de enero de 2022 que declaró el "2022 AÑO DE LA REVOLUCIÓN CULTURAL PARA LA DESPATRIARCALIZACIÓN: POR UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES", los cuales deben ser trabajadas por todas las instituciones del Estado para erradicar estos males que aquejan a nuestra sociedad.

Acciones que son concordantes con la normativa internacional y nacional, como se puede referir:

Que, la Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia, en el parágrafo I del artículo 74, establece: "Es responsabilidad del Estado la reinserción social de las personas privadas de libertad, velar por el respeto de sus derechos, y su retención y custodia en un ambiente adecuado, de acuerdo a la clasificación, naturaleza y gravedad del delito, así como la edad y el sexo de las personas retenidas."

Que, la CONVENCIÓN INTERAMERICANA PARA PREVENIR, SANCIONAR Y ERRADICAR LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER "CONVENCIÓN DE BELEM DO PARA" de fecha 9 de julio de 1994, ratificada mediante Ley N° 1601, de fecha 18 de agosto de 1994, en el capítulo III, inciso d, del Art. 7 establece que "Los Estados Partes condenan todas las formas de violencia contra la mujer y convienen en adoptar, por todos los medios apropiados y sin dilaciones, políticas orientadas a prevenir, sancionar y erradicar dicha violencia y en llevar a cabo lo siguiente: d. adoptar medidas jurídicas para conminar al agresor a abstenerse de hostigar, intimidar, amenazar, dañar o poner en peligro la vida de la mujer de cualquier forma que atente contra su integridad o perjudique su propiedad".

Que, la Ley N° 348 LEY INTEGRAL PARA GARANTIZAR A LAS MUJERES UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA de 9 de marzo de 2013, que en el numeral 1 de su Artículo 35 establece que una de las medidas de protección que podrá dictar la autoridad competente es "1. Ordenar la salida, desocupación, restricción al agresor del domicilio conyugal o donde habite la mujer en situación de violencia, independientemente de la acreditación de propiedad o posesión del inmueble, y **ordenar que el agresor se someta a una terapia psicológica en un servicio de rehabilitación.**"

CONSIDERANDO II:

El instrumento denominado "REEDUCAR PARA NO DAÑAR", fue trabajado de manera conjunta entre el Área de Salud y Reinserción Social de la Dirección General de Régimen Penitenciario y la Defensoría del Pueblo.

Documento que sigue la Línea generada por el Estado Plurinacional de Bolivia, que en la gestión 2022 emitió el Decreto Supremo N° 4650, 5 de enero de 2022, que declaró el "2022 AÑO DE LA REVOLUCIÓN CULTURAL PARA LA DESPATRIARCALIZACIÓN: POR UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES", es por ello, el **PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA**", está dirigido a hombres privados de libertad que estén por los delitos de Violencia Familiar o Doméstica a quienes se le realizará un intervención psicoterapéutica, el cual tendrá tres fuentes de participación como son: la Voluntaria, por sentencia condenatoria, como salida alternativa y por traslados de otros centros penitenciarios,



"2023: AÑO DE LA JUVENTUD HACIA EL BICENTENARIO"



el cual tendrá como resultado lograr la responsabilización y reeducación de los mismos, lo que paralelamente permitirá que:

- En coadyuvar e incrementar la seguridad y protección de las mujeres y sus familias, a través de la intervención especializada;
- Promover la reeducación de los comportamientos violentos con el fin de disminuir o eliminar todas las formas de violencia a través de recursos, habilidades y estrategias personales para el manejo de la impulsividad y autocontrol.
- Promover la responsabilización sobre los actos de violencia y la resignificación de la construcción de las normas de la masculinidad.
- Promover y actitudes y prácticas equitativas de género, fomentando el cuestionamiento al machismo, sus expresiones y efectos.

Por lo cual, al momento de su implementación el programa cuenta con tres fases:

- Fase Inicial: Evaluación de los participantes;
- Fase Intermedia: Intervención, Procedimientos grupales e individuales, contenido para la intervención psicoterapéutica;
- Fase Final: Cierre del Proceso y el seguimiento después del egreso

Que, conforme al **Informe D.G.R.P./ASRyRS CITE N° 136/2023**, emitido por la Dra. Mariana García Vargas, Encargada Nacional de Salud y Reinserción Social, el cual concluye: "(...) **CONCLUSIONES.** – Conforme a lo expuesto, se concluye que el PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA realizada por la Dirección General de Régimen Penitenciario y la Defensoría Del Pueblo, es un instrumento finalizado y probado por ambas instituciones. Además la propuesta está acorde a lo estipulado por el Art. 31 de la Ley Nro. 348 respecto a la rehabilitación del agresor por violencia. **RECOMENDACIONES.** - En este entendido se recomienda emitir una Resolución Administrativa correspondiente; - Implementar este Programa en los centros penitenciarios del eje troncal (La Paz, Cochabamba Y Santa Cruz); - Publicación y lanzamiento oficial en coordinación con la Defensoría del Pueblo."

Que, del Informe **MG/DGRP/ALC Nro. 227/2023**, emitido por el Are Legal y Clasificación de la Dirección General de Régimen Penitenciario, se tiene las siguientes determinaciones: "(...) **CONCLUSIONES.** Del análisis del Informe **CITE: D.G.R.P. /ASRyRS CITE N°136/2023** y documentación que se aparece se concluye de la siguiente forma: Que, conforme al informe señalado ut supra el programa "REEDUCAR PARA NO DAÑAR", fue finalizado y aprobado por la Defensoría del Pueblo y el Área de Salud y Rehabilitación de la Dirección General de Régimen Penitenciario, y de la revisión de la documentación anexada no se tiene observaciones para la emisión de la Resolución Administrativa para el programa "REEDUCAR PARA NO DAÑAR", tomando en cuenta que se subsanaron las observaciones realizadas por el Vice Ministerio de Seguridad Ciudadana y por la Defensoría del pueblo, para su posterior implementación en los centros penitenciarios del eje troncal (La Paz, Cochabamba y Santa Cruz) y su correspondiente publicación y lanzamiento en coordinación con la Defensoría del Pueblo. **RECOMENDACIONES.** Con base a todo lo expuesto, se recomienda: Por la Dirección General de Régimen Penitenciario, **EMITIR LA RESOLUCIÓN ADMINISTRATIVA CORRESPONDIENTE, LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" EN LOS CENTROS PENITENCIARIOS DEL EJE TRONCAL (LA PAZ, COCHABAMBA Y SANTA CRUZ) Y SU CORRESPONDIENTE PUBLICACIÓN Y LANZAMIENTO EN COORDINACIÓN CON LA DEFENSORÍA DEL PUEBLO. (...)"**

Que, la Dirección General de Régimen Penitenciario, de acuerdo a la Constitución Política del Estado, los Tratados y Convenios Internacionales firmados y ratificados por Bolivia, es la encargada de proteger la integridad física, psicológica, moral de la población penitenciaria en general. De conformidad a las disposiciones legales en vigencia, se tiene como función precautelarse el bienestar de las y los privados de libertad, alentando el sentido de responsabilidad y autocontrol personal, para lograr la readaptación y su posterior reinserción social; asimismo, realizar las acciones necesarias para lograr este fin a través de la aplicación de programas de tratamiento que promuevan la convivencia pacífica y ordenada de los privados de libertad al interior de los centros penitenciarios.

"2023: AÑO DE LA JUVENTUD HACIA EL BICENTENARIO"



En ese entendido, no se tiene observaciones respecto el **PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA**, es un instrumento finalizado y probado por la Dirección de Régimen Penitenciario y la Defensoría del Pueblo solicitan, constituye un presupuesto suficiente para efectuar su Aprobación e IMPLEMENTACIÓN DEL **"PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA"**, EN LOS CENTROS PENITENCIARIOS DEL EJE TRONCAL (LA PAZ, COCHABAMBA, SANTA CRUZ); PUBLICACIÓN Y LANZAMIENTO OFICIAL EN COORDINACIÓN CON LA DEFENSORÍA DEL PUEBLO con la finalidad de contribuir a las políticas de prevención de la violencia hacia las mujeres mediante la intervención especializada con los hombres privados de libertad por violencia familiar o doméstica, es un aporte importante para fortalecer los programas de tratamiento que se viene implementado en los recintos penitenciarios del País.

POR TANTO:

El suscrito Director General de Régimen Penitenciario, en ejercicio de sus específicas atribuciones conferidas por la Ley N° 2298 de Ejecución Penal y Supervisión de 20 de diciembre del 2001.

RESUELVE:

PRIMERO. – APROBAR el **"PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA"**, para su implementación en los Recintos Penitenciarios a nivel Nacional.

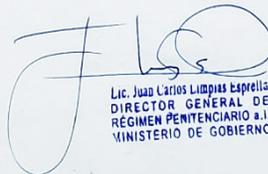
SEGUNDO.- El Área de Salud, Rehabilitación y Reinserción Social de la Dirección General de Régimen Penitenciario, en coordinación con los profesionales del equipo multidisciplinario de las Direcciones Departamentales de Régimen Penitenciario, son responsables del estricto cumplimiento y socialización de la presente Resolución.

TERCERO.- Las Directoras y los Directores de los Centros Penitenciarios, en el marco de las competencias que confiere la Ley, cumplimiento, socialización e implementación del **"PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA"**, en su jurisdicción.

CUARTO.- Las Directoras y los Directores de Centros Penitenciarios, brindarán la colaboración suficiente y necesaria para el estricto cumplimiento, socialización e implementación del: **"PROGRAMA "REEDUCAR PARA NO DAÑAR" DE INTERVENCIÓN PSICOTERAPÉUTICA PARA LA REEDUCACIÓN DE HOMBRES PRIVADOS DE LIBERTAD POR VIOLENCIA FAMILIAR O DOMÉSTICA"**.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y CÚMPLASE.




Lic. Juan Carlos Llamas Balleza
DIRECTOR GENERAL DE
RÉGIMEN PENITENCIARIO a.i.
MINISTERIO DE GOBIERNO



"2023: AÑO DE LA JUVENTUD HACIA EL BICENTENARIO"



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO





1

PRIMERA PARTE



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



PRIMERA PARTE

I. Justificación

El Programa de Intervención Psicoterapéutica para la Reeducación de Hombres Privados de Libertad por Violencia Familiar o Doméstica es considerado como una de las medidas para combatir la violencia de género y mejorar la seguridad y el bienestar de las mujeres y de sus hijas e hijos.

En los últimos años se ha verificado un creciente interés por comprender quién y cómo es el hombre que ejerce violencia a las personas con las que entabla las relaciones más cercanas dentro del ámbito familiar, sentándose la convicción que cualquier intento por prevenir la violencia debe necesariamente incluir a los hombres. De este modo, se recoge en la literatura especializada distintas perspectivas teóricas sobre lo masculino, en relación con los factores y procesos que posibilitan el surgimiento de la violencia intrafamiliar. El presente programa se ha desarrollado en base a este aporte teórico y pretende abordar de forma operativa esta problemática.

Para muchas personas, hoy en día, el trabajo con hombres que ejercen violencia contra las mujeres carece de sentido, la rehabilitación les parece tan impensable como imposible y, por lo tanto, su ideal de intervención es la exclusión y el aislamiento de los mismos; sin embargo, es evidente que en nuestro país las medidas penales carecen de una función rehabilitadora, es decir, la cárcel no rehabilita a nadie, en todo caso lo empeora. Si además tomamos en cuenta que en la realidad actual un alto porcentaje de las mujeres maltratadas siguen viviendo con su pareja, ya sea por falta de recursos económicos o, en gran parte de los casos, por dependencia afectiva, o el hecho de que incluso después de que las mujeres han dado el gran paso de denunciar, que han cambiado de casa, de trabajo, etc., los agresores terminan por encontrarlas y acaban hostigándolas o asesinandolas, la importancia de desarrollar programas que centren su atención hacia éstos hombres se hace evidente.

Nos parece muy importante resaltar que estar de acuerdo con dar tratamiento a los agresores no significa, bajo ninguna circunstancia, considerarlos no responsables (Echeburúa, 2002). De hecho, uno de los objetivos primordiales del tratamiento es que asuman la responsabilidad de su conducta. De acuerdo con Hamberger, Lohr y Gottlieb (2000), la intervención psicológica con los hombres que ejercen violencia es posible, particularmente si los sujetos cuentan con una mínima motivación para el cambio.

II. Políticas hacia hombres que han ejercido violencia que se encuentran en centros penitenciarios

Respecto a políticas hacia hombres que han ejercido violencia, se recomienda:

- Incluir la intervención con hombres que han ejercido violencia como un componente necesario de las políticas de abordaje de la violencia machista y como parte de la red de servicios disponibles en el sistema penitenciario.
- Contar con orientaciones y programas específicos hacia la intervención individual y grupal con hombres que han ejercido violencia. Estos debieran ser un componente más de la política de respuesta a la violencia de género y estar articuladas con los objetivos de la misma.
- Creación de servicios específicos para hombres que han ejercido violencia que brinde atención a hombres con sanción judicial como a hombres que accedan por demanda voluntaria.
- Conformación de una estructura técnico profesional adecuada para responder a la intervención con hombres que han ejercido violencia.
- Garantizar financiamiento para estos servicios. Estos financiamientos no deben afectar los recursos destinados a la protección y atención de la mujer en situación de violencia.
- Generar una institucionalidad pública (con base a leyes, organismos, equipos y orientaciones específicas) para que el Programa con Hombres que Ejercen Violencia, pueda tener estabilidad y continuidad en el tiempo, independientemente de los cambios de gestión política que pudieran acontecer.

III. Objetivos del Programa

Objetivo General

Lograr la responsabilización y reeducación de hombres privados de libertad por violencia familiar o doméstica a través del Programa de Intervención Psicoterapéutica para el Sistema Penitenciario Boliviano.

Objetivos Específicos

- a) Coadyuvar e incrementar la seguridad y protección de las mujeres y sus familias, a través de la intervención especializada con los HEV – PL.
- b) Promover la reeducación de los comportamientos violentos con el fin de disminuir o eliminar todas las formas de violencia a través de recursos, habilidades y estrategias personales para el manejo de la impulsividad y autocontrol de los HEV – PL.
- c) Promover la responsabilización sobre los actos de violencia de HEV – PL y la re significación de la construcción de las normas de la masculinidad.
- d) Promover entre los HEV - PL actitudes y prácticas equitativas de género, fomentando el cuestionamiento al machismo, sus expresiones y efectos.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



2

SEGUNDA PARTE



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SEGUNDA PARTE

I. Marco Normativo

Constitución Política del Estado: El Estado boliviano, en el marco del Artículo 15.I, II y III de la CPE, constitucionalizó el derecho de las mujeres a una vida libre de violencia por razones de género, estableciendo que toda persona –en particular las mujeres– “tienen derecho a no sufrir violencia física, sexual o psicológica, tanto en la familia como en la sociedad”; para lo cual “el Estado adoptará las medidas necesarias para prevenir, eliminar y sancionar la violencia de género, tanto en el ámbito público como privado”, en especial, en el ámbito familiar, pues es ésta el núcleo fundamental de la sociedad, conforme el artículo 62 de la norma constitucional.

Así también, el Estado en el marco de los Artículos 113.I y 115.I de la CPE, establece que “toda persona será protegida oportuna y efectivamente por los jueces y tribunales en el ejercicio de sus derechos e interés legítimos”, “la vulneración de los derechos concede a las víctimas el derecho a la indemnización y resarcimiento de daños y perjuicios en forma oportuna”.

En relación a los derechos de las personas privadas de libertad, la CPE establece en su Artículo 73.1 que: “toda persona sometida a cualquier forma de privación de libertad será tratada con el debido respeto a la dignidad humana”, además que establece que: “es responsabilidad del Estado la reinserción social de las personas privadas de libertad, velar por el respeto de sus derechos, y su retención y custodia en un ambiente adecuado, de acuerdo a la clasificación, naturaleza y gravedad del delito, así como la edad y el sexo de las personas retenidas”.

LEY N° 2298 de Ejecución Penal y Supervisión: En su Artículo 97, estipula que en cada establecimiento penitenciario funcionará un Servicio de Asistencia Psicológica encargado de:

1. Otorgar tratamiento psicoterapéutico a los internos;
2. Otorgar apoyo psicológico a las personas que determine el Consejo Penitenciario;
3. Otorgar apoyo psicológico a los internos que acudan voluntariamente;
4. Organizar grupos de terapia para los internos;
5. Elaborar programas de prevención y tratamiento para los drogodependientes y alcohólicos.
6. Elaborar los informes psicológicos que les sean requeridos: y

7. Otras que establezca el Reglamento.
8. El servicio de asistencia psicológica estará a cargo de funcionarios públicos dependientes administrativamente del Ministerio de Salud y Previsión Social y, funcionalmente de la Administración Penitenciaria.

Cabe indicar que, el Artículo 101 establece restricciones, ya que: “las responsabilidades de los servicios de asistencia legal, médica, psicológica y social, no podrán ser delegados en los internos profesionales”.

Decreto Supremo N.º 26715, Reglamento de Ejecución de Penas Privativas de Libertad:

Establece en su artículo 92.I que las personas privadas de libertad, deberán atravesar un periodo de Observación cuya finalidad es:

(...) realizar un estudio psicológico y social del interno a fin de determinar el Programa de tratamiento, la clase de establecimiento penitenciario y el periodo del sistema progresivo que le corresponda. Comenzará con la recepción de copia de sentencia, no pudiendo excederse el término de sesenta días debiendo asentarse todas las observaciones realizadas en el transcurso en la tarjeta de clasificación individual que formará parte del Expediente personal del interno.

Ahora bien, conforme el artículo 96 (informe de clasificación), se establece que:

Al término del periodo de observación el Consejo Penitenciario, emitirá un informe de clasificación estableciendo el periodo del sistema progresivo al que se incorporará el interno, el establecimiento, sección o grupo a que debe ser destinado y su programa de tratamiento. El director del establecimiento garantizará la gratuidad del ingreso del interno a la sección asignada.

Además de la clasificación del interno en un determinado periodo del sistema progresivo el informe de clasificación deberá contener recomendaciones respecto a:

1. Atender a su salud psicofísica
2. Mantener o mejorar su educación
3. Promover su aprendizaje profesional o actividad laboral
4. Posibilitar las exigencias de su vida religiosa
5. Facilitar y estimular sus relaciones familiares y sociales
6. Desarrollar actividades de su interés que coadyuven al fin resocializador de la pena

Ley N° 348: El Estado boliviano, en el marco del artículo 6.6 de la Ley N.° 348, Integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia, define que Agresor o Agresora es “quien comete una acción u omisión que implique cualquier forma de violencia hacia la mujer u otra persona”.

Ahora bien, el artículo 9.3 de la citada Ley establece que para su aplicación los Órganos del Estado, las entidades territoriales autónomas –en adelante ETAs– e instituciones públicas, en el marco de sus competencias y responsabilidades, deberán “crear y sostener servicios de atención y reeducación integral especializada para los agresores, así como otras medidas destinadas a modificar su comportamiento”.

Para lo cual, el Ente Rector y las ETAs a través de Políticas Sectoriales –artículo 14.6– de acuerdo con sus respectivas competencias deberán:

“Adoptar medidas específicas destinadas a erradicar toda forma de violencia contra las mujeres y establecer un nuevo marco social para garantizar el respeto y una vida digna y libre de violencia, para cuyo efecto deben adoptar programas (...) de orientación, atención y rehabilitación a los agresores para promover los valores que adopta la ley y lograr cambios de comportamiento para el respeto efectivo de los derechos de las mujeres y evitar la reincidencia.”

En ese sentido, el artículo 31 de la Ley N.° 348 establece que:

- I. La rehabilitación de los agresores, por orden de la autoridad jurisdiccional competente, será dispuesta por orden expresa con el objetivo de promover cambios en su conducta agresiva. La terapia no sustituirá la sanción impuesta por los hechos de violencia.
- II. Los servicios de rehabilitación podrán organizarse mediante acuerdos gubernativos, tanto en el ámbito urbano como rural, en centros ya existentes o en el lugar donde el agresor cumple una sanción penal. En ningún caso, la terapia se prestará junto a la mujer agredida.
- III. Los responsables de estos servicios deberán reportar el inicio, el cumplimiento o incumplimiento del programa o terapia por parte del agresor a la autoridad jurisdiccional competente y al Sistema Integral Plurinacional de Prevención, Atención, Sanción y Erradicación de la Violencia en razón de Género –SIPPASE–.

La Ley N.º 348, en sus artículos 34 y 35.1 establece que los jueces en materia familiar adoptarán las medidas de protección que consideren adecuadas para garantizar la vida e integridad de la mujer y sus dependientes, entre las cuales se encuentra “ordenar que el agresor se someta a una terapia psicológica en un servicio de rehabilitación”¹.

Así también, el Artículo 61 establece que las y los Fiscales de Materia que ejerzan la acción penal pública en casos de violencia hacia las mujeres, deberán adoptar “las medidas de protección que sean necesarias, a fin de garantizar a la mujer en situación de violencia y sus hijos la máxima protección y seguridad. Pedir a la autoridad jurisdiccional su homologación y las medidas cautelares previstas por ley, cuando el hecho constituya delito”.

En ese mismo sentido, el Artículo 68 que modifica el artículo 72 de la Ley N.º 025 del Órgano Judicial establece como competencias de los Juzgados de Instrucción y de Sentencia en Materia contra la Violencia Hacia las Mujeres: “emitir las resoluciones jurisdiccionales y de protección que correspondan”, “aplicar medidas de restricción y provisionales al agresor, y de asistencia y protección a la mujer en situación de violencia” e “imponer de oficio la aplicación de medidas de protección para prevenir nuevas agresiones”.

Para lo cual, los juzgados y tribunales públicos de materia contra la Violencia hacia las Mujeres, contarán con un equipo interdisciplinario –de las áreas social y psicológica especializados en derechos humanos y derechos de las mujeres–, que entre sus funciones se encuentra el “controlar el cumplimiento de terapias a víctimas, agresores y/o familias dispuestas por la autoridad judicial, informando el avance, abandono o cumplimiento de las mismas”, conforme lo establecido en los Artículos 71 y 72.3.

Ahora bien, en el marco de los Artículos 86 y 87.5 de la Ley N.º 348, se establece que todos los procedimientos administrativos, judiciales e indígena originario campesinos aplicarán diferentes directrices, entre las cuales se encuentra la “disposición de terapias de rehabilitación para el agresor, que en ningún caso sustituirán la sanción”.

Ley N° 1173: Conforme el artículo 14 de la Ley N° 1173, que modifica el artículo 389 bis (Medidas de Protección Especial) del Código de Procedimiento Penal, se establece que:

1 Medida que se ratifica, en el artículo 14 de la Ley N.º 1173 de Abreviación procesal penal y de fortalecimiento de la lucha integral contra la violencia a niñas, niños, adolescentes y mujeres, de 8 de mayo de 2019, que establece que la jueza o el juez que tome conocimiento de delitos –en el marco de la Ley N.º 348–, de oficio o a pedido de parte, de la víctima o de su representante, puede imponer medidas de protección especial, entre ellas “el ordenar que el agresor se someta a una terapia psicológica en un servicio de rehabilitación”.

“(…) las medidas de protección son aquellas que tienen por fin evitar que el hecho produzca mayores consecuencias, que se cometan nuevos hechos de violencia, reducir la situación de vulnerabilidad de la víctima y otorgarle el auxilio y protección indispensable en resguardo de su integridad, ellas pueden ser dispuestas con carácter de urgencia tras haberse establecido la situación de riesgo en la que se encuentra la víctima y cuando las circunstancias del caso exijan la inmediata protección a su integridad.

Además de las medidas de protección previstas en el Código Niña, Niño y Adolescente, y en la Ley N.º 348, la jueza o el juez (...) de oficio o a pedido de parte, de la víctima o de su representante, sin necesidad de que se constituya en querellante, podrá aplicar al imputado las siguientes medidas de protección especial:

Para Mujeres: Ordenar la salida, desocupación, restricción al agresor del domicilio conyugal o donde habite la mujer en situación de violencia, independientemente de la acreditación de propiedad o posesión del inmueble, y ordenar que el agresor se someta a una terapia psicológica en un servicio de rehabilitación, para el tratamiento reflexivo, educativo o psicológico tendiente a la modificación de conductas violentas y delictuales.”

Ahora bien, conforme el artículo 389 Ter del CPP, en casos de urgencia o tras haberse establecido la situación de riesgo en la que se encuentra la víctima y cuando las circunstancias del caso exijan la inmediata protección a su integridad, las medidas previstas en el artículo 389.I Bis del CPP podrán ser dispuestas por:

“(…) la o el fiscal, la servidora o el servidor policial o cualquiera otra autoridad prevista para la atención a mujeres en situación de violencia y para la defensa de los derechos de la niñez y adolescencia, que tomen conocimiento del hecho, excepto las medidas contempladas en los numerales 5, 6, 11, 12 y 13 tratándose de medidas previstas en favor de niñas, niños y adolescentes, y las contempladas en los numerales 2, 3, 7, 11, 13 y 15 tratándose de medidas previstas en favor de las mujeres, las mismas que deberán ser impuestas por la jueza o el juez.”

Ahora bien, conforme el artículo 326 del CPP, el imputado en casos relacionados a violencia contra la mujer tiene el derecho a solicitar Salidas Alternativas, para lo cual, puede acogerse a: Procedimiento Abreviado, Criterio de Oportunidad, Suspensión Condicional del Proceso o Conciliación.

Si se aplica alguna salida alternativa, ésta debe ir acompañada de la reparación integral del daño realizado, estableciéndose en todos los casos el inicio de terapias para los HEV.

En ese sentido, a fin de garantizar el cumplimiento del proceso de la reeducación a los HEV –como efecto de la solicitud de una Salida Alternativa–, se establece que el SLIM, las organizaciones de la sociedad civil y otras instituciones, estarían encargadas de la reeducación de los HEV mayores de 18 años, la DNA o el SEDEGES en el caso de los HEV menores de 18 años y la Dirección General de Régimen Penitenciario, para aquellos agresores (HEV - PL) que se encuentren con la medida de privación de libertad, conforme la categorización desarrollada en la Ruta Crítica Interinstitucional Única para la Atención de víctimas en el marco de la Ley N.º 348.

D.G.R.P.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

3

TERCERA
PARTE



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



TERCERA PARTE

I. Principios básicos en la intervención con HEV – PL

El presente Programa adopta principios que guían cada una de las acciones a realizar y que tienen que ser compartidos por todo el equipo implementador. Estos valores determinan el modo de intervención y la posición de los y las terapeutas/psicólogos. Estos principios son: (Quinteros y Carbajosa, 2010)

- a) La violencia es instrumental y aprendida:** El agresor maltrata para dominar a su pareja. Por lo que esta conducta:
- Es intencional y deliberada.
 - Está asociada a un abuso de poder: la violencia se utiliza para lograr la subordinación de la pareja.
 - Pone en riesgo o produce un daño al que la padece.

Es importante tener en cuenta que a pesar de que la violencia se sustenta en los componentes biológicos de la agresión, es aprendida porque es un producto de la cultura y la socialización, por lo que se puede desaprender. Un tratamiento eficaz, nos posibilita un proceso de aprendizaje para ejercer el propio autocontrol y poder erradicarla.

- b) La violencia de género es causada por el desequilibrio de poder sustentado por la cultura patriarcal.**
- c) La violencia de género es una clara vulneración de los derechos humanos:** por ello, el trabajo que se realiza no es neutral ni aséptico, porque estos hombres son personas que han cometido un delito y han vulnerado los derechos fundamentales de las mujeres al agredirlas física, psicológica y/o sexualmente.
- d) El hombre que ejerce violencia es el único responsable de su conducta violenta:** la violencia no se justifica, por lo que el hombre que ejerce violencia debe asumir la responsabilidad y las consecuencias de la misma.
- e) Principal objetivo: la seguridad y protección de la víctima,** aunque nuestra intervención directa es con el hombre que ejerce violencia, nuestra preocupación se centra en la seguridad de la víctima. Si modificamos la conducta violenta logramos que una víctima deje de serlo o que en el futuro otra no lo sea.

- f) Los tratamientos son específicos, intensivos y con perspectiva de género:** independientemente del abordaje terapéutico, se debe incluir la perspectiva de género puesto que es la característica central que explica la violencia. Todos estos principios deben guiar nuestra intervención y señalan el encuadre desde donde debemos trabajar.

Todos estos principios deben guiar la intervención y señalan el encuadre desde donde se debe trabajar.

II. Enfoque para la intervención psicoterapéutica del Programa II.

Se plantean dos ejes transversales de la Intervención Psicoterapéutica del Programa, el enfoque de género y la responsabilización de la propia conducta.

- **Enfoque de género.** El enfoque de género plantea que la violencia hacia la mujer es un fenómeno cultural de profunda raigambre histórica, inserto en una forma de organización social y en un sistema de creencias culturales que determina prácticas, comportamientos y estilos de relación. Estas creencias están en la base de la ideología patriarcal que se expresa en subordinar a las mujeres al dominio y control masculino hegemónico. Estas creencias se promueven a través de una temprana y estereotipada socialización de género, en relación con una definición rígida de los roles femenino y masculino. Hombres y mujeres realizaríamos profundos aprendizajes sociales que generan y permiten sostener dicha diferencia en distintos contextos de convivencia. Se postula, entonces, que hombres y mujeres recibiríamos “mandatos de género” específicos que facilitan, promueven y mantienen la confirmación de la desigualdad entre hombres y mujeres

El programa realiza una comprensión de este fenómeno que constituye un paradigma epistemológico desde el cual mira el proceso psicoterapéutico que se realiza con los HEV – PL teniendo como fin lograr la erradicación de conductas violentas.

- **Enfoque de Reeducción, Resocialización y Responsabilización de la propia conducta.** El Programa aborda críticamente significados, lenguajes, discursos, emociones y corporalidades asociados al ejercicio y legitimidad de la violencia masculina. Para ello se incluye herramientas y metodología para generar conciencia del problema de la violencia y principalmente ayudar al HEV – PL a asumir la responsabilidad por sus actos y no soslayarla en otros. Se busca cambiar los patrones relacionales que se plantean desde el enfoque de género, así como hacer ver que el cambio es posible y de desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas para abordar las dificultades cotidianas. Junto con lo anterior, estas terapias buscan que el sujeto exprese la necesidad del cambio (como decisión propia no por presiones externas) y logre interrumpir la cadena de la violencia.

Tomando en cuenta que el Programa promoverá la adopción de cambios posibles y/o significativos en HEV – PL para que puedan poner en marcha recursos y estrategias, que les permitan utilizar alternativas diferentes a la violencia para resolver problemas de relacionamiento de pareja conyugal o paterno – filial; el quipo implementador podrá adoptar alguno de los siguientes marcos teóricos a continuación:

- a) **Cognitivo-conductual:** Este modelo teórico refiere que la conducta violenta en el hogar es el resultado de un estado emocional intenso –la ira-, que interactúa con unas actitudes de hostilidad, un repertorio pobre de conductas (déficit de habilidades de comunicación y de solución de problemas) y unos factores precipitantes (situaciones de estrés, consumo abusivo de alcohol, celos, etc.), así como de percepción de vulnerabilidad de la víctima. Así, se proponen estrategias cognitivo-conductuales de bastante influencia para la intervención de hombres que ejercen violencia contra su pareja.
- b) **Sistémico:** La psicoterapia sistémica comprendida como: “el vehículo para la activación del cambio. No como un conjunto de técnicas, sino como una perspectiva de lo humano y una postura ante la gestación del malestar y los modelos de transformarlo”.
- c) **Racional-emotiva-conductual:** Psicoterapia de corte breve que se propone revisar las ideas irracionales y patrones de pensamiento asociados a un malestar emocional, para poder reemplazarlas por creencias más productivas.
- d) **Nuevas Masculinidades:** La intervención terapéutica se realiza a partir de la construcción de nuevas masculinidades, a fin de generar cambios desde los conocimientos y creencias primarias de cada HEV - PL, tomando en cuenta su propia vivencia y el contexto actual que atraviesa.

III. Equipos que trabajan con HEV - PL

Para la implementación del programa resulta de gran importancia tomar en cuenta el perfil de las y los profesionales que realizarán su ejecución. Los grupos de HEV-PL deberán estar dirigidos por personal especializado en el área de la psicología, terapia y trabajo social; con formación en masculinidades, violencia contra las mujeres y niñas, metodologías de facilitación grupal, herramientas de intervención social, enfoque de género, particularmente sobre la elaboración e interiorización de los roles de género y de cómo éstos se trasladan a parámetros sociales estructurales, sobre masculinidad y violencia en la pareja.

Es importante que los profesionales que realizarán la intervención con esta población mantengan una postura de respeto hacia los asistentes al grupo, es decir, se muestre respeto a los individuos como tales, no a su comportamiento violento. En este mismo sentido, mostrar empatía ante estos hombres se vuelve una herramienta útil en la construcción de la alianza terapéutica, lo que posteriormente permitirá adoptar una postura de confrontación, disminuyendo el riesgo de deserción por parte de los asistentes.

Por otro lado, tanto para el trabajo terapéutico individual como para el grupal se recomienda que sean preferentemente hombres, para el trabajo grupal se sugiere que sean dos hombres quienes coordinen, si esto no es posible, entonces pareja mixta: hombre – mujer.

La capacitación y formación profesional del equipo debe ser continúa, además de contar con espacios de supervisión permanentes. Los equipos compartirán experiencias y conocimiento de forma colectiva, y se propone la creación de estructuras de prevención del desgaste profesional. Finalmente, es importante mencionar que el equipo desarrollará todas las acciones en el marco de un Código de Ética.

Una adecuada implementación del Programa, considera necesario las siguientes competencias del equipo de profesionales:

Valores Fundamentales:

- a) Integridad
- b) Profesionalismo
- c) Sensibilidad cultural y diversidad de valores

Competencias principales:

- a) Conciencia y sensibilidad con respecto a las cuestiones de género
- b) Responsabilidad
- c) Solución creativa de problemas
- d) Comunicación efectiva
- e) Colaboración inclusiva
- f) Predicar con el ejemplo

Competencias funcionales:

- a) Alta capacidad de trabajo en equipo
- b) Excelentes capacidades comunicativas
- c) Compromiso con la temática
- d) Capacidad de pensamiento innovador
- e) Perspectiva de género

IV. Espacios y materiales para el desarrollo de las sesiones terapéuticas

Para la implementación del Programa, se debe disponer de un espacio específicamente destinado a la tarea grupal y/o individual, que cuente con elementos adecuados a tal fin – escritorios, sillas, pizarras, material didáctico, proyector de videos, entre otros–.

Se debe establecer un espacio cómodo y seguro, donde los participantes se comprometen y deben sostener la confidencialidad de lo que acontece en las sesiones. Asimismo, es recomendable que los ambientes donde se desarrollen las sesiones de psicoterapia cuenten con la presencia de la luz natural, debido a los beneficios de este tipo de iluminación para la salud física y psicológica –menor sensación de fatiga, mejor concentración, mayor rendimiento–.

V. Población meta

Los criterios descritos a continuación, indican que, para el presente programa la población meta serán:

- a) Hombres que se encuentren privados de libertad, con sentencia condenatoria o ejecutoriada por violencia familiar o doméstica.
- b) Hombres que se encuentren privados de libertad, con detención preventiva, por violencia familiar o doméstica, que asisten por propia iniciativa (voluntarios).

VI. Admisión al Programa

1. Criterios de exclusión o canalización

El Programa, está enfocado en brindar atención especializada a una población delimitada, en este caso, solamente a HEV - PL en el marco del artículo 272 (Violencia Intrafamiliar o Doméstica) del Código Penal, por lo que, quedan al margen de la intervención terapéutica, los HEV - PL relacionados con:

- a) El delito de violación u otros delitos de agresión sexual.
- b) Casos con psicopatías o que presenten patología psiquiátrica grave o descompensada –que deberá ser derivada u otro servicio–.
- c) Casos con problemas de adicción, drogodependencia y alcoholismo –que deberá ser derivada u otro servicio–.
- d) Casos con dificultad de comprensión.
- e) En casos en que el HEV - PL intervenido con la terapia, promueva la inasistencia a sesiones o la falta de respeto a las y los profesionales, así como, incumplir con los encuentros sin motivos justificados.

Cabe aclarar que, los casos exentos a la intervención en el marco del MIP, requieren otro tipo de intervención especializada –previo análisis–, los cuales no se encuentran previstos en el presente documento.

2. Criterios de inclusión

a) HEV – PL Por sentencia Condenatoria

Los HEV - PL por violencia familiar o doméstica. (Art. 272 bis del Código Penal), que fueron sentenciados, deberá presentar los siguientes requisitos:

REQUISITOS	CARACTERÍSTICAS DE LA INTERVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> a) Fotocopia de la Resolución Judicial; donde se establezca al HEV desarrollar procesos de psicoterapia. b) Fotocopia de cédula de identidad. c) Firma del Consentimiento Informado, incluyendo el encuadre de reglas y excepciones en un marco de confidencialidad a quien se presenta. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se crean grupos cerrados de 8 a 12 hombres. ▪ Número de sesiones: 32* ▪ Tiempo de cada sesión: 1 hora y 30 minutos ▪ Periodicidad: 1 sesión a la semana. ▪ Los HEV – PL permanecerán desde el inicio hasta la conclusión de la última sesión. En este tipo de intervención, al principio los HEV-PL asisten para cumplir la orden del juez, es decir, por una motivación extrínseca. Sin embargo, durante el proceso psicoterapéutico, se provoca que el HEV - PL mude a una motivación intrínseca, asociada a que algunos reconocen que tienen un problema y asumen responsabilidad, posibilitando un cambio, construyendo relaciones saludables en sus familias, registrándose resultados satisfactorios.

* Como mínimo, el número sobre esta base se puede ampliar a sugerencia del psicoterapeuta o a deseo del participante, para cuestiones legales –si en caso no sucediera lo antecedido–, podría egresar el caso, elevándose el informe del equipo.

b) HEV – PL Traslados por otros centros penitenciarios

Al igual que las dos modalidades desarrolladas *ut supra*, se benefician de este servicio los PPL por el delito de violencia familiar o doméstica. Para acceder a la intervención psicoterapéutica, deben considerar:

REQUISITOS	CARACTERÍSTICAS DE LA INTERVENCIÓN
<p>a) Boleta de referencia y contra referencia de la institución remitente –anexo N.º 1–.</p> <p>b) Fotocopia de cédula de identidad.</p> <p>c) Firma del Consentimiento Informado, incluyendo el encuadre de reglas y excepciones en un marco de confidencialidad</p>	<ul style="list-style-type: none">▪ Se crean grupos cerrados de 8 a 12 hombres.▪ Número de sesiones: 32▪ Tiempo se cada sesión: 1 hora y 30 minutos▪ Periodicidad: 1 sesión a la semana.▪ Estos casos son derivados por las/os psicólogas/os de diferentes instituciones y/o centros penitenciarios a través de una boleta de referencia y contra-referencia. Esta derivación por lo general se realiza debido al cambio de centro penitenciario del HEV - PL, a fin de brindarle opciones para completar su proceso de intervención.▪ En este tipo de casos, se interviene a los HEV - PL, quienes desconocen la comunicación asertiva y enfrentan malos entendidos en sus relaciones familiares y con sus parejas afectivas, las cuales pueden derivar en hechos de violencia.

c) HEV – PL que ingresan como voluntarios

Si bien el Programa está destinado principalmente para ser implementado con HEV – PL con detención preventiva y/o que tienen sentencia, es importante recalcar la importancia de desarrollar procedimientos que incluyan a hombres que deseen acudir de forma voluntaria y no esperar a que sean sentenciados penalmente para intervenir. Si se trabaja con estas personas existe mayor probabilidad de éxito terapéutico, puesto que presentan una mayor motivación, son menos resistentes al tratamiento, ya sea que mínimamente reconocen y asuman parte de su responsabilidad, etc.

En ese sentido, cualquier privado de libertad que se encuentre dentro de un centro penitenciario podrá acceder al programa presentando los siguientes requisitos:

REQUISITOS	CARACTERÍSTICAS DE LA INTERVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> a) Fotocopia de cédula de identidad. b) Firma del Consentimiento Informado, incluyendo el encuadre de reglas y excepciones en un marco de confidencialidad c) Copia de Resolución judicial. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se crean grupos cerrados de 8 a 12 hombres. ▪ Número de sesiones: 32* ▪ Tiempo se cada sesión: 1 hora y 30 minutos ▪ Periodicidad: 1 sesión a la semana. ▪ Los hombres que solicitan voluntariamente la intervención psicoterapéutica, conforman una población más factible de tratar –pues se establece una alianza terapéutica de inicio–, debido a que están conscientes o reconocen que tienen problemas, que requieren ayuda y están dispuestos a recibirla. Por ello, la alianza para la terapia se desarrolla mejor y se logra cambios posibles en sus vidas personales, familiares, conyugales o de vida en pareja.

*Como mínimo, el número sobre esta base se puede ampliar a sugerencia del psicólogo o a deseo del participante, –si en caso no sucediera lo antecedido–, podría egresar el caso, elevándose el informe del equipo.

d) HEV – PL con salida alternativa (procedimiento abreviado, suspensión condicional del proceso)

REQUISITOS	CARACTERÍSTICAS DE LA INTERVENCIÓN
<ul style="list-style-type: none"> a) Fotocopia de resolución final. b) Fotocopia de cédula de identidad. c) Firma del Consentimiento Informado, incluyendo el encuadre de reglas y excepciones en un marco de confidencialidad 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se crean grupos cerrados de 8 a 12 hombres. ▪ Número de sesiones: 32 ▪ Tiempo se cada sesión: 1 hora y 30 minutos ▪ Periodicidad: 1 sesión a la semana. ▪ Los hombres de este grupo tienen características similares al grupo de HEV – PL con orden judicial.

VII. Presentación de requisitos

Los requisitos deberán ser entregados a la Gobernación del centro penitenciario, con una copia al profesional encargado de ejecutar el Programa “REEDUCAR PARA NO DAÑAR”.

4

CUARTA PARTE



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA





DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



CUARTA PARTE

La implementación del Programa será desarrollada a partir de tres fases que contemplan etapas, como se describe a continuación.

I. Fase Inicial - Evaluación Inicial de los participantes

Para iniciar el proceso de intervención psicoterapéutico es importante comenzar con la evaluación inicial para obtener información específica acerca del HEV – PL que ingresa al programa, sus necesidades, fortalezas, intereses, objetivos, motivaciones para cambiar, así como las particularidades de su forma de ejercer violencia doméstica o familiar, así, podremos proyectar el camino a seguir en el proceso psicoterapéutico más particular y evitar la generalización de los casos.

En este primer momento, el acercamiento inicial que se realice de parte del profesional de psicología con el HEV – PL es importante ya que a través del mismo se inicia una intervención sutil y se comienza a construir la alianza terapéutica, lo que puede ayudar a disminuir las probabilidades de deserción y/o abandono a las sesiones psicoterapéuticas.

Es por esta razón que esta fase cobra vital importancia y no debe convertirse en un ejercicio único de repetición de preguntas. En esta fase los profesionales psicoterapeutas serán quienes intervengan directamente. Se propone realizar entre una y dos entrevistas individuales de evaluación con el HEV – PL para determinar:

- La historia clínica; (anexo 4)
- Las características relacionadas con la tipología de hombres que ejercen violencia doméstica o familiar;
- El grado de motivación para el cambio; (anexo 3)
- La pertinencia de su inclusión en las sesiones de psicoterapia grupal o individual.

1. Primera sesión de evaluación

En este momento de la intervención se debe desarrollar el encuadre. Para ello, se requiere estructuración específica o marco de referencia, reglas fijadas por el psicoterapeuta para hacer visible la psicoterapia (lugar, duración y frecuencia de las sesiones). Un elemento relevante en esta fase es el contrato terapéutico, el acuerdo acerca del problema a considerar y la forma de tratarlo.

Generalmente, en este momento de la intervención, los HEV – PL presentan una escasa consciencia respecto a la responsabilidad de su comportamiento frente a la violencia y mantienen una actitud defensiva; por ello como parte de su discurso tienden a centrar la atención en sus parejas culpándolas por las dificultades en la relación.

En este sentido, es importante desde el inicio que el encuadre se centre en el HEV – PL y no en su pareja, ya que sólo será posible construir objetivos de cambio sobre sí mismo, no sobre su pareja. También se debe enfatizar que el objetivo del Programa no es separar a la pareja ni promover que siga unida, o en el caso de que la pareja se haya ido, hacer que regrese.

Durante esta entrevista de evaluación, el objetivo debe estar enfocado en aumentar la motivación del HEV – PL, de manera que el cambio y la necesidad del mismo, no sean impuestos por el psicoterapeuta, sino que provenga del participante. A continuación, se describe cuatro principios para esta fase que coadyuvan a este objetivo:

1. *No usar etiquetas*, cuando emitimos una etiqueta o un juicio, generamos una realidad nueva que condiciona y afecta a la persona etiquetada, éstas etiquetas, por ejemplo: "hombre violento", "agresor", "golpeador", "perpetrador", etc.; obstaculizan el cambio.

En la práctica psicoterapéutica se puede utilizar: "Cuando usted se comporta de manera violenta" en lugar de "cuando usted es violento".

2. *La resistencia al cambio se trabajará desde la reflexión, no desde la confrontación*, tener en cuenta que la mayoría de los participantes llegan sin motivación real para el cambio, por tanto, se debe evitar entrar en confrontaciones y luchas de poder, promover la reflexión y el análisis. La reflexión sobre el comportamiento violento y sus efectos negativos y obstaculizadores en todas las áreas de su vida, se promoverá a partir de la formulación de preguntas abiertas. En la práctica psicoterapéutica se puede preguntar: "¿ha pensado que su comportamiento violento lo está alejando de su familia en lugar de ayudarlos a permanecer unidos?"
3. *Generar respeto y empatía*, puede ser difícil para las y los psicoterapeutas escuchar historias de maltrato y/o violencia sin tener una respuesta emocional intensa y negativa. Partiendo de la idea de que todos merecen respeto como personas, y entendiendo que todos los individuos estamos inmersos en mandatos de género y que cada quien posee una historia que nos han llevado a actuar en la forma en cómo lo hacemos, entonces se podrá respetar a la persona y rechazar su conducta violenta. Es importante dar la oportunidad al HEV - PL de manifestar sus emociones y sentirse comprendido, esto no significa que

se deba justificar o se esté de acuerdo con el comportamiento violento, sino hace referencia a que el psicoterapeuta debe evitar los juicios sobre el mismo y mostrar aceptación por la persona.

En la práctica psicoterapéutica se puede utilizar: “yo no estoy aquí para ser juez de su comportamiento, yo estoy aquí para escucharlo y buscar juntos una manera de modificar su comportamiento violento que afecta a usted mismo, a su pareja y quizá a otras personas que lo rodean”

4. *Escucha reflexiva*, que abarca todo lo que es escucha activa; sin embargo, la escucha reflexiva es una forma de escucha más especializada, el psicoterapeuta presta especial atención al contenido, los sentimientos y el significado detrás del mensaje y se refleja en el HEV - PL para demostrar comprensión y aclarar el mensaje. El propósito de la escucha reflexiva es actuar como un espejo o reflejo del participante, ayudándole a darse cuenta y descubrir cosas nuevas sobre sí mismo.

En la práctica psicoterapéutica, cuando el HEV –PL por ejemplo menciona: “le tuve que pegar para que se calmara”, se le puede decir: “Usted considera que la única forma de que alguien se calle es golpeando”.

Con base en los principios mencionados, durante esta primera sesión con el HEV – PL se explicará que se le aplicarán cuestionarios y se realizarán varias preguntas que debe responder y comentar ampliamente. Posteriormente se llenará la ficha de registro (Anexo 2).

A continuación, se sugiere explorar la propia historia de maltrato (Anexo 3), este instrumento promueve que el HEV – PL entre en contacto con su propio dolor y pueda relacionar estas experiencias tempranas con su conducta actual, otorgándole a este comportamiento violento la categoría de patrón aprendido que puede modificarse.

Por último, una opción que dependerá del criterio técnico del profesional es la aplicación de la Historia Clínica (Anexo 4).

2. Segunda sesión de evaluación

En este momento es importante retomar el contexto de encuadre para que el HEV -PL recuerde cuál es el objetivo de la entrevista de evaluación y que la misma estará centrada exclusivamente en él, en ese sentido se sugiere aplicar el Inventario de Pensamientos Distorsionados sobre la Mujer y el Uso de la Violencia IPDMUV-R (Anexo 5) que permitirá tener una visión de los estereotipos de género asociados a la mujer, que justifican, a los ojos del hombre que ejerce violencia, su comportamiento.

También es importante mencionar que durante la primera y segunda sesión se evalúe la motivación al cambio. A menudo pensamos que el éxito de cada intento dependerá de la "voluntad" de una persona cuando, en realidad, aquella no es otra cosa que la "motivación". La motivación entendida como el proceso de activación, dirección y persistencia de la conducta que, en cierta forma, es el motor de la actitud. En ese sentido, se recomienda que la interacción del Psicoterapeuta mantenga presente los principios de la entrevista motivacional y evitar una postura de confrontación. Para ello, se sugiere utilizar el Anexo 6, que consta de 32 afirmaciones que evalúa la situación del sujeto en el continuo de disposición al cambio, el objetivo radica en una mejor evaluación del grado de intención, disposición o actitud en relación al cambio.

Al momento de la aplicación del Anexo 6, es mejor ir leyendo frase por frase al sujeto de manera que le permita generar reflexión, y estimular la motivación para el cambio. También es importante continuar con la postura de aceptación del individuo, no de su comportamiento violento, así como un tono cálido que dé a entender que está siendo escuchado, no juzgado y que la evaluación no se limita a un proceso de acumulación de información.

Algunas preguntas (en tono de conversación y no de interrogatorio) que podrían acompañar la segunda sesión son:

- ¿Qué cosas le han hecho pensar que esto sea un problema?
- ¿Qué dificultades ha tenido cuando se ha comportado de manera violenta?
- ¿De qué manera cree que su pareja se ha visto afectada?
- ¿Qué hay en su conducta que puede parecer preocupante ante los ojos de otras personas, amigos o familiares?
- ¿Hasta qué punto le preocupa su comportamiento violento?
- ¿Qué cree que podría pasar si no cambia su comportamiento violento?

- ¿El acudir a estas sesiones de psicoterapia es un indicio de que quiere realizar algunos cambios en su comportamiento?
- ¿Cuáles serían las ventajas de realizar cambios en su comportamiento?
- ¿Qué le hace pensar que puede lograr un cambio?
- ¿Qué fortalezas usted considera que tiene que le pueden ayudar a realizar este cambio?

Cuando el individuo responda con frases aceptando su responsabilidad y la motivación para cambiar, el psicoterapeuta se debe reforzar con gestos y mediante la escucha reflexiva con frases de apoyo, por ejemplo:

- Entiendo que le preocupe
- Debe ser muy difícil darse cuenta de eso

Al concluir las dos sesiones de evaluación, el psicoterapeuta ya tendrá un panorama que le permita saber qué tanto el individuo es consciente de su comportamiento violento, si le provoca reflexión y el grado de motivación al cambio de su comportamiento.

II. Contrato terapéutico

La finalidad del contrato terapéutico es especificar las condiciones generales del funcionamiento del programa que se iniciará. En él se detallan, además, una serie de compromisos que deben ser respetados por las partes implicadas para su adecuado desarrollo.

Cuando el HEV – PL ha cumplido los requisitos/criterios de inclusión, debe firmar un contrato terapéutico (Anexo 7), antes de adherirse al programa.

III. Fase Intermedia –Intervención–

Dependiendo los resultados emergentes de la evaluación inicial y conforme el criterio técnico del psicoterapeuta, se podrá desarrollar con el HEV – PL dos tipos de procedimientos, grupales e individuales. Una vez establecido el tipo de procedimiento (psicoterapia) la intervención se realizará con base al contenido con ejes temáticos clave.

En esta fase, antes de iniciar las sesiones de Psicoterapia, se recomienda hacer énfasis en la confidencialidad sobre lo que pasa en el grupo, pueden compartir lo que ellos sintieron o expresaron, pero no lo que otros miembros del grupo dijeron o hicieron. Al respecto, Welland y Wexler (2007) proponen además incluir los nueve mandamientos en las sesiones (Anexo 8).

1. Procedimientos grupales e individuales

Generalmente, en la intervención con HEV – PL, se prioriza el proceso grupal como el más idóneo para trabajar, sin tener en cuenta que existe gran variabilidad dentro de esta población y no siempre es el tratamiento más efectivo. Por eso es importante contar también con dispositivos terapéuticos individuales. Para que el programa sea eficaz se deben adaptar los procedimientos a las características de sus integrantes. En este sentido, existen usuarios en el que el proceso grupal es contraproducente sin antes haber iniciado un proceso individual.

a) Procedimiento Individual

El objetivo de la terapia individual es tratar el malestar, problema o sufrimiento psíquico de una persona que ejerce violencia, además de trabajar conjuntamente para llegar al origen de estos padecimientos.

Se trata de construir, con la persona, recursos y estrategias que le permitan el manejo y control de su agresividad, de modo que sean lo menos perturbadores para sí misma y para los demás. La atención a hombres está orientada a que el sujeto pueda encontrar otra vía diferente al acto violento, para resolver sus problemas de relacionamiento.

Se recomienda (Quinteros y Carbajosa, 2008) que se realice tratamiento individual a hombres que:

- Han ejercido violencia circunstancial o generalizada: en estos casos la psicoterapia individual se realizará de forma exclusiva.
- No reconocen ni se responsabilizan: por lo que es necesario comenzar con intervención individual y a posteriori, al asumir su responsabilidad se puede plantear su inclusión en un grupo. Se debe tener en cuenta que una persona que niega su conducta y es refractario al tratamiento, si se la incluye en este proceso puede boicotarlo y destruir la dinámica terapéutica.
- Demuestran características particulares que impiden la inclusión al grupo: sujetos aislados que rechazan hablar delante de otros usuarios, se perciben como líderes negativos –aunque reconozcan, también boicotean la intervención–.
- En situaciones de crisis: que se puede combinar con el tratamiento grupal y se pueden realizar a solicitud de la persona o por sugerencia de los psicoterapeutas.

b) Procedimiento Grupal

Previo al inicio grupal, es recomendable desarrollar una intervención individual, y conforme se evidencie la aceptabilidad, incorporarlo dentro la intervención psicoterapéutica grupal, el cual es un dispositivo de encuentro colectivo entre personas con una misma nominación y un psicólogo, la cual busca generar, que las personas puedan reflexionar con otras, sus problemas de relacionamiento y sus actos de violencia familiar o doméstica.

En el procedimiento grupal se provoca una reflexión orientada a la de-construcción de representaciones sociales y subjetivas en relación a la violencia, orientada a la puesta "en marcha" de recursos y estrategias personales de afrontamiento de situaciones problemáticas, sin necesidad de recurrir a la violencia. Para que el procedimiento grupal sea eficaz se debe tener en cuenta el modo en que se constituye, cómo se genera su dinámica y cohesión y el avance en el proceso de cambio.

Para establecer una adecuada cohesión grupal es importante (Quinteros y Carbajosa, 2008; Arjona y Otero, 2010):

- Que el psicoterapeuta tenga al inicio un rol más activo y directivo, haciendo preguntas y fomentando el diálogo entre los integrantes, marcando los tiempos y haciendo respetar el encuadre.
- Evitar temas que favorezcan una cohesión negativa y bloqueante: discusiones sobre la ley, lo injusto de su situación, discursos que responsabilizan a la víctima, etc. Además, no se debe hacer confrontación directa puesto que puede elevar los mecanismos de defensa e instaurar una resistencia grupal difícil de romper.
- Estar atento a la pseudocohesión: debido a que son personas con alta deseabilidad social, buscarán evitar confrontar con sus compañeros. Se mostrarán condescendientes, expresando que están bien y contentos con el grupo, cuando en realidad lo que buscan es evitar el malestar y ocultar su desacuerdo. Evitar la aparición de mini grupos.
- Respetar los tiempos del grupo, el o la psicóloga focaliza los objetivos, pero son ellos los que con sus relatos van introduciendo los contenidos a tratar. Por ello es importante distribuir el tiempo para que todos puedan expresar lo que piensan y sienten, evitando que algunos monopolicen el discurso e inhiban la participación del resto.

- Es fundamental seguir trabajando la motivación para el cambio, recordar que están en fase contemplativa por lo que se debe seguir amplificando el reconocimiento y la responsabilización de la conducta disfuncional. Una estrategia es comenzar hablando por los temas menos ansiógenos que les permita reconocer sus problemas con menos resistencias.
- En las primeras sesiones se tiene que estar atento a las problemáticas de cada persona y a sus resistencias que pueden ser abordadas en sesiones individuales complementarias.
- Ir implementando técnicas que posibiliten el insight, para ello son efectivas las dinámicas vivenciales a través del rolle playing, cambios de rol, narraciones escritas, la expresión emocional a través de dibujo u otras técnicas. Hay que evitar la hiper-racionalización, que es un mecanismo de defensa que utilizan a menudo. Se debe lograr que conecten con las emociones desde la percepción de las mismas, para que después puedan ponerlas en palabras.
- Trabajar desde el inicio partiendo del aquí y ahora, pero en relación con la historia personal. Conectar el presente con el pasado (familia de origen, relación con el padre y la madre, adolescencia, anteriores relaciones de pareja, construcción de la identidad de género en cada familia, etc.), para que encuentren el sentido de sus modos de pensar, sentir y actuar

1. Contenido para la intervención psicoterapéutica

La intervención con HEV - PL debe ser específica y tienen que determinarse los procedimientos y las técnicas que permitan aumentar su éxito. El programa estará basado en tres temas centrales de la intervención que deben ser abordados de manera transversal, y que son:

- a) La construcción de una nueva identidad. Redefiniendo el género y la historia personal y familiar.** La cultura como estructura simbólica nos determina en la construcción de nuestra identidad, proporcionando los significantes que nos otorgan los términos que definen quienes somos (identidad), cómo somos (personalidad) y que problemas padecemos (psicopatología). La cultura patriarcal demarca las diferencias en la forma que sentimos, pensamos y actuamos los hombres y mujeres, pero no es lo único que nos determina, puesto que la historia personal y familiar también moldea, otorgando el sello particular de cada persona. Por ello, desde el inicio del tratamiento se parte desde el aquí y ahora –la violencia en la pareja– pero enlazándolo con el pasado –historia de familia de origen, traumas vividos, estilo de apego,

adolescencia, parejas anteriores, etc. –, esto hace posible que el agresor comprenda cómo es, cómo se ha constituido y por qué se encuentra en la situación actual. La idea de ir del presente al pasado, muestra cómo fueron determinados por su historia familia y por la cultura machista, pero que, si son elaboradas, permite que tomen conciencia de que está en sus manos cambiar el rumbo

b) La motivación para el cambio. Tratar a personas no motivadas implica no esperar que el HEV - PL en las primeras sesiones nos diga que quiere cambiar porque tiene un problema. Varios programas de intervención incluyen este tema en un módulo inicial de una o dos sesiones, pero como ya se ha indicado, la motivación es dinámica y cambiante, podemos iniciar un tratamiento por unos motivos (“quiero que mi mujer vuelva”) y continuarlo por otro (“necesito cambiar mi conducta”). Por ello, es esencial incluir esta perspectiva en todo el proceso, puesto que nuestra intervención o situaciones que suceden durante el proceso terapéutico pueden motivar y desmotivar. En este sentido las estrategias motivacionales desarrolladas en cada etapa deben estar dirigidas a alcanzar los siguientes objetivos:

- *Precontemplativa:* establecer una discrepancia entre su conducta disfuncional y su razonamiento justificativo para crear conciencia del problema.
- *Contemplativa:* 1) Aumentar la discrepancia entre la conducta disfuncional y sus razonamientos justificativos, para que reconozca que tiene un problema y que él es el único responsable. 2) Establecer la creencia de que tiene las capacidades para cambiar (autoafirmación).
- *Cambio:* 1) Motivar al hombre a realizar los procesos de cambios necesarios para que pueda construir relaciones de parejas basadas en el respeto y la igualdad. 2) Establecer la autoeficacia: la persona tiene las capacidades para cambiar.
- *Mantenimiento:* 1) Consolidar y mantener los cambios realizados en el tiempo. 2) Motivar a la persona a que afronte las situaciones de riesgo para prevenir las recaídas.

- c) El trabajo emocional.** Si bien todas las características señaladas a nivel cognitivo, conductual e interaccional son importantes, la parte afectiva adquiere una dimensión relevante por los problemas que tienen estas personas para percibir y reconocer sus emociones, así como sus dificultades para empatizar con la víctima. El desarrollo cultural exige al hombre que reprima las emociones consideradas femeninas –tristeza, duda, ternura, etc.– y disminuya su capacidad empática, para poder cumplir su papel: ser proveedor, competidor, calculador, decidido, fuerte, insensible. Por lo que esta capacidad se bloquea y el dolor y el miedo se transforman en ira. Además de la presión cultural los hombres que ejercen violencia tienen una historia personal y familiar que lleva a reprimir aún más los sentimientos: problemas en el vínculo de apego, episodios traumáticos, etc. Acentuar el trabajo desde el área emocional sin entrar en la confrontación desde el ámbito cognitivo, potencia el proceso de reconocimiento y de cambio. Por lo cual, se proponen técnicas vivenciales y dinámicas que llevan a estos hombres a sentir y luego pensar esos sentimientos.

Cada uno de estos temas están entrelazados entre sí, puesto que la construcción de la identidad de estos hombres está marcada por el género y la historia familiar y personal, que han determinado su forma de sentir, pensar y actuar. En este sentido, uno de los objetivos centrales de la intervención es deconstruir esta identidad ayudando a forjar una nueva, que les permita cambiar los estereotipos machistas y modificar el resto de características para que puedan establecer relaciones de pareja y de intimidad basadas en el respeto, la tolerancia y la igualdad.

Las sesiones psicoterapéuticas se basan en tres fases:

2.1 Etapa de Psicoeducación

En esta primera fase se abordará de manera teórica alguna temática relacionada con la problemática de la violencia. Para ello, el psicoterapeuta será quien bajo criterio técnico elegirá el tema a trabajar y las dinámicas adecuadas para ello. Su duración será de 40 a 45 minutos aproximadamente. Se recomienda trabajar sólo un tema por sesión, pero los temas se podrán ampliar en otras sesiones a elección del psicoterapeuta, o por sugerencia de los participantes.

Objetivos de esta etapa:

- Reconocimiento de la violencia de género como un problema que puede tener solución.
- Detección de los propios prejuicios hacia la mujer.
- Explicitación de la violencia como conducta aprendida en relación al delito actual.
- Deconstrucción de esquemas disfuncionales aprendidos.
- Evidenciar conductas y acciones de respeto hacia la persona que agredió.
- Explorar nuevas y diversas alternativas de resolución de conflictos.
- Adquisición de técnicas de negociación.
- Asunción de la propia responsabilidad e implicación en el problema evitando justificaciones y racionalizaciones tendientes a la no implicancia en el problema.

Se sugiere considerar los siguientes temas a continuación para el desarrollo de las sesiones psicoterapéuticas:

- Presentación y motivación al cambio
- Identificación y expresión de emociones
- Definición de violencia e ideas distorsionadas sobre la violencia.
- Ciclo de la violencia
- Estereotipos de género
- Violencia y buen trato hacia la mujer
- Abuso e instrumentalización de los hijos
- Identidad y masculinidad
- Mitos sobre la masculinidad
- Nuevas masculinidades
- Familia de origen e historia personal de violencia
- Inteligencia emocional
- Empatía
- Depresión

- Autoestima
- Autoconocimiento
- Celos patológicos
- Violencia y poder
- Ansiedad y estrés
- Distorsiones cognitivas y creencias irracionales
- Mecanismos de defensas y aceptación de pérdidas
- Resignificación del trauma
- Control de la ira e impulsividad
- Un sujeto puede cambiar, aunque el sistema no cambie
- Comunicación asertiva
- Resolución no violenta de conflictos
- Sexualidad en la pareja
- La responsabilidad en el comportamiento violento
- Aceptación y compromiso.
- Círculos de apoyo
- Prevención de recaídas

En la siguiente tabla se describen brevemente las técnicas que podrían ser empleadas para trabajar los temas anteriormente mencionados:

TÉCNICA	DESCRIPCIÓN
Reestructuración cognitiva	<p>Mediante preguntas se realiza un análisis sobre las creencias, distorsiones cognitivas, esquemas y pensamientos automáticos del sujeto, que pueden estar influyendo en el comportamiento violento. A través de este procedimiento se pretende cortar los pensamientos y modificar así el comportamiento violento. Información más amplia referente a esta técnica se puede encontrar en Beck, 2005.</p>
Presentación de situaciones	<p>Presentación de situaciones sobre cómo hacer frente al estrés y la ira, cómo asumir la responsabilidad de sus propios actos y cómo expresar los sentimientos a los demás. Presentar estrategias de afrontamiento, control de las emociones y cogniciones. Reforzar lo aprendido sobre "El circuito de la violencia".</p> <p>Desde lo educativo se sugiere presentación de la temática a través de charla explicativa sobre:</p> <p>A) La mujer golpeada, la mujer quemada, la mujer insultada a fin de develar desigualdades y vulneración de derechos en la sociedad actual y en el entorno personal.</p> <p>B) Historia de la violencia hacia la mujer en Bolivia. Avances y conquistas. Potenciar factores protectores a nivel individual, por ejemplo, autoestima, emociones positivas y hábitos saludables. Reducción de los factores negativos, por ejemplo, distorsiones cognitivas, reducción del stress,</p> <p>Emociones negativas. Se pueden implementar en este caso algunas técnicas de relajación para implementar ante situaciones que pueda detectar el comienzo de la agresión.</p>
Desarrollo de asertividad	<p>Se pide a los participantes que identifiquen y describan detalladamente las situaciones más conflictivas, mediante un ejercicio de imaginación se les pide que describan cómo reaccionan a dichas situaciones, posteriormente se hace un juego de roles en donde los facilitadores moderan respuestas asertivas ante las situaciones planteadas, luego se pide a los participantes que ellos mismos imaginen una respuesta asertiva y se refuerza con juego de roles y practicando en casa. Para información más detallada de esta técnica ver Navarro y Pereira, 2000; y Opazo, 1990.</p>

TÉCNICA	DESCRIPCIÓN
<p>Control de la violencia: tiempo fuera</p>	<p>Se trata de que los sujetos estén atentos a los primeros signos de reacciones de ira para poder evitar el aumento y la escalada de las mismas por medio de un alejamiento temporal de la pareja. Consta de 4 fases: identificación de los indicios de ira; aviso a la víctima; alejamiento físico y psicológico de la situación; regreso. Echeburúa y Corral, 1998; Navarro y Pereira, 2000; y Welland y Wexler, 2007 ofrecen detalles de esta técnica.</p>
<p>Modificación de las pautas de comunicación</p>	<p>Se da una explicación teórica sobre la importancia de contar con habilidades de comunicación adecuadas; se explican los elementos que debe contener una comunicación adecuada y mediante juegos de rol se hacen ensayos con base en temas elegidos por los participantes. En Echeburúa y corral, 1998, se puede ver una descripción más detallada.</p>
<p>Registro de sentimientos agresivos</p>	<p>Una hoja dividida en 4 columnas en la que se deberá llevar un registro diario de comportamientos violentos (1ra columna, descripción de la situación; 2da columna qué pensó; 3ra columna, qué sintió; 4ta columna, qué hizo). Podrá usarse para que alguno de los participantes comente algún suceso durante una sesión grupal, y ayudará a que progresivamente vayan distinguiendo entre pensar y sentir; así como ayudar a establecer relaciones entre pensamientos, sentimientos y conductas.</p>
<p>Exposiciones teóricas y presentación de datos</p>	<p>Desarrollar temas como la definición de la violencia, el ciclo de la violencia, estereotipos de género, etc., profundizando en los temas en función de las exigencias del grupo.</p> <p>Presentar ejemplos de casos de artículos y noticias sobre diferentes modalidades de violencia. Realizar trabajo lectura y posterior discusión.</p>
<p>Entrenamiento en solución de problemas</p>	<p>D’Zurilla y Goldfried (1971), desarrollaron esta técnica que consta de los siguientes pasos: especificar el problema; describir detalladamente la respuesta que habitualmente se da al problema; hacer una lista con soluciones alternativas; valorar las consecuencias de cada alternativa; valorar los resultados</p>

TÉCNICA	DESCRIPCIÓN
Análisis de la familia de origen	Se sugiere la elaboración del árbol familiar (al menos 3 generaciones), de cada participante. El objetivo es hacer una representación gráfica acerca de las normas familiares y sus relaciones, de manera que puedan entrar en contacto con sus propias historias de violencia y su sufrimiento. Para más detalles remitirse a McGoldrick y Gerson, 1987.
Control de las respuestas de celos	Además de la técnica de reestructuración cognitiva, se recomienda analizar en el grupo los siguientes pasos: cese de comprobaciones sobre la conducta de la pareja; parada de pensamiento; desensibilización sistemática.
Desensibilización sistemática	Consiste en crear una lista jerarquizada de sucesos que provocan la respuesta de celos, ansiedad o ira y se entrena a los participantes en respuestas antagónicas a la ansiedad, se empieza con el de menor jerarquía y se va avanzando de manera progresiva. En los textos de Wolpe, 1983; y Yates, 1977, se puede encontrar más información al respecto
Equipo reflexivo	Tom Andersen (1994), desarrolló esta forma de trabajo con el objetivo de proporcionar a los participantes una visión diferente sobre la situación de la que están hablando, siendo los propios usuarios quienes creen sus propias alternativas de solución a los problemas presentados. Básicamente consiste en 2 fases, la primera en donde una persona relata alguna situación, en este caso relacionada con algún episodio violento, por ejemplo, y después se forma un grupo de 3 o 4 personas que conversarán sobre lo escuchado, vertiendo diferentes opiniones y perspectivas, mientras la persona que hizo el relato escucha, sin tener la posibilidad de replicar a lo que está escuchando. (Andersen, 1994)

TÉCNICA	DESCRIPCIÓN
Cine debate	<p>Se sugiere la proyección de fragmentos de películas, videos, cortos, etc., sobre temática del abuso y la violencia hacia la mujer.</p> <p>Elegir películas con temáticas que giren en torno a las situaciones que se han ido presentando en el grupo, verlas y después generar una discusión.</p> <p>Relacionar temáticas observadas y vincularlas con situaciones personales.</p>
Relajación	<p>Estas técnicas se emplean para disminuir los niveles de ansiedad y estrés que pueden acompañar a los episodios de violencia. Se sugiere trabajar 3 tipos de relajación: respiratoria, consiste en hacer inhalaciones profundas, retener el aire unos segundos y hacer exhalaciones lentas; muscular, consiste en la contracción / relajación de grupos musculares, comenzando con los músculos de los pies y continuando en forma ascendente; psíquica, se logra a través de la imaginación guiada, induciéndolo a través de ésta a una situación placentera, con objeto de lograr un estado de relajación. En Wolpe, 1983; y Welland y Wexler, 2007 se pueden encontrar descripciones más detalladas de estas técnicas.</p>
Otras técnicas/ terapias alternativas	<p>Se sugiere Mindfulness que es una práctica de relajación mediante la meditación que permite prestar atención plena a nuestro momento presente.</p> <p>El Psicodrama que consiste en la expresión dramática, el juego teatral, el movimiento del cuerpo, la expresión de lo simbólico y la puesta en escena de lo vivido como herramientas terapéuticas. (Anexo 9)</p>

2.2 Etapa de Reflexión

Esta fase se caracterizará porque los participantes deberán exponer alguna situación que les parezca relevante compartir con el grupo. Debe predominar la expresión de sentimientos y su socialización grupal. Debido a que en esta fase ya se cuenta con un grupo consolidado, se propiciará la expresión de temáticas más íntimas y personales, apuntando a unir los conceptos aprendidos con los propios sentimientos y emociones.

Los objetivos de esta etapa de reflexión son:

- Poner en evidencia aquellos comportamientos que generan desigualdad de derechos entre el hombre y la mujer, a partir del intercambio con la experiencia de sus pares.
- Evaluar mitos y naturalizaciones acerca de los propios vínculos con las mujeres.
- Desmitificar excusas y explicaciones que implican no responsabilizarse de los actos cometidos.
- Propiciar una modalidad de vínculo que contemple las necesidades del otro, y toma de conciencia de situaciones vividas con la víctima de violencia, posibilitando la empatía.
- Trabajar aspectos de la autoestima, características en común con los compañeros de grupo y situaciones de vivencias semejantes con sus pares.
- Generar el desarrollo de la empatía.
- Trabajo sobre la adquisición de patrones conductuales no agresivos propiciando el autocontrol.
- Expresar cada uno de los miembros del grupo opinión del funcionamiento del grupo y acerca de los testimonios que les resultaron más conmovedores.

En esta fase se pedirá la participación voluntaria de los participantes para que compartan algo relacionado al tema de la sesión, por ejemplo:

- El último episodio de violencia que protagonizó.
- Episodio de violencia que les haya preocupado particularmente.
- Ocasión en la que hayan sido capaces de evitar un episodio de violencia.
- Algún momento de dolor, tristeza, desesperación, vergüenza, culpa.
- Alguna situación (trabajo, amigos, familia extensa, pareja, hijos o hijas) que los haya hecho enojar mucho, pero que no los haya llevado a comportarse violentamente.
- Algún momento que les haya producido bienestar.
- Intentos, fallidos o exitosos, por detener la violencia.

Luego de que los participantes realicen su participación sobre alguno de los temas mencionados arriba, el psicoterapeuta estimulará la profundización en el tema que se está comentando, para ello, se puede hacer uso de las preguntas circulares y de las preguntas de la entrevista interventiva de Karl Tomm (1988):

- ¿Qué razón podría ser válida para dejar de comportarse violentamente?
- ¿Qué es lo que menos le preocupa de esta situación y qué lo que le preocupa profundamente?
- ¿A alguien de su familia, amigos o compañeros o compañeras de trabajo le preocupa su comportamiento? ¿Qué le han comentado al respecto? ¿Cómo se siente usted cuándo ve esta preocupación?
- ¿Qué pasaría si usted resolviera "x" situación (mencionar la situación) sin hacer uso de la violencia?
- ¿Quién se sorprendería si usted dejara de comportarse violentamente?
- ¿Quién sufre cuando usted tiene una manifestación violenta?
- ¿Qué diría su esposa, o sus hijos o hijas, si yo les preguntara si usted se comporta violentamente?
- ¿Qué cree que sienta su esposa o hijas e hijas, cuando lo ven comportarse violentamente?
- ¿De qué otra manera podría conseguir sus objetivos, sin hacer uso de la violencia?
- ¿Cómo resuelven otros hombres las situaciones que usted resuelve mediante la violencia?
- ¿Qué sentiría usted si un hombre se comportara violentamente con su hija?
- ¿Qué sentiría usted si ve a su hijo comportarse violentamente?
- Si usted estuviera dispuesto a resolver "x" situación (mencionar la situación que el sujeto haya descrito) sin hacer uso de la violencia, ¿cómo se imagina que podría hacerlo?
- Si su comportamiento violento desapareciera repentinamente, ¿de qué manera sería diferente su vida?
- ¿Quién en la familia se siente asustado o asustada, triste, aterrorizado o aterrorizada, deprimido o deprimida, enojado o enojada cuando usted se comporta violentamente?

- ¿No le gustaría poder reaccionar de una manera menos peligrosa para su esposa y sus hijos e hijas en lugar de reaccionar violentamente?
- ¿Qué pasaría si la próxima vez que su esposa haga "x" (mencionar una situación que el sujeto haya descrito como la detonante de su comportamiento violento) usted reaccionara de manera "x" (mencionar una posibilidad de reacción ad hoc a la situación planteada)
- ¿Hay alguien que le diga que su comportamiento es adecuado?
- ¿Hay alguien que le diga que su comportamiento es inadecuado?

Estas preguntas pueden ser consideradas como una intervención psicoterapéutica, ya que pueden movilizar a la reflexión, plantean a los participantes la idea de la posibilidad de un actuar distinto, y además introducen la mirada de otras personas y de terceros que pueden funcionar como observadores y reguladores del comportamiento.

En caso de que nadie desee participar voluntariamente, el psicoterapeuta podrá plantear una situación personal o ficticia para iniciar la reflexión.

Generalmente en esta etapa se tiende a trabajar aspectos más profundos del psiquismo, la historia y la génesis de la conducta violenta y propiciar la aparición de posibles sentimientos de culpa y ambivalencia vinculados a su historia familiar. Historia de la constitución del vínculo de pareja y vinculaciones con posibles vivencias y experiencias de su infancia y adolescencia. Para eso se partirá de una valoración: existen dificultades en el agresor para controlar las reacciones violentas, y, además, existen una serie de elementos asociados a este problema que lo cronifican y permiten que se produzca.

Por todo lo mencionado, esta parte del tratamiento consiste en que la persona aprenda cómo controlar su agresividad, cómo manejar sus reacciones de ira, y es importante destacar que actuar de manera respetuosa no significa ser menos masculino, ya que muchas veces esto se encuentra asociado. Para esto es necesario comenzar a trabajar sobre el desarrollo de las Habilidades Sociales (comunicación, expresión de discrepancias, resolución de problemas de relación, buen trato, empatía, etc.).

Este programa pretende desarrollar en los HEV - PL una serie de competencias cognitivas y de conductas consistentes en el aprendizaje de comportamientos específicos para interaccionar positivamente en situaciones sociales. Esta fase tendrá una duración de 30 a 40 minutos dependiendo del nivel de profundidad y compromiso del grupo de terapia.

2.3 Etapa de Cierre

Para esta fase se pedirá a alguno de los participantes que realice un resumen de la sesión. Esto puede ser de forma voluntaria o a designación del psicoterapeuta, al finalizar se preguntará al resto del grupo si desean añadir algo al resumen. En la primera sesión deberá ser el psicoterapeuta quien modele la forma de hacer el resumen. Para finalizar se debe agradecer la participación y compromiso de todos.

Es importante tomar en cuenta las particularidades de los integrantes de cada grupo de terapia; jóvenes, adultos, indígenas, población rural, entre otros, ello implica no sólo adecuaciones de idioma, sino de contenidos y de la forma de abordarlos, que correspondan a los paradigmas, patrones socioculturales y de roles sociales que cada comunidad comparte.

Finalmente, respecto al contenido específico de cada sesión, como se mencionó páginas arriba, es el criterio técnico del psicoterapeuta elegir las temáticas específicas en base a los ejes temáticos propuestos en el presente documento. En el Anexo 10, se presenta módulos de ejemplo que reflejan el contenido clave y que se trabajan de forma flexible, conforme al avance e intereses de los participantes y los temas que vayan surgiendo como prioritarios en cada grupo – cada grupo es una experiencia única-. De soporte, se usa parte de los módulos del Modelo de Intervención Psicoterapéutica para la reeducación de los hombres que ejercen violencia y otros documentos que se considere adecuado y que puedan fortalecer el trabajar con hombres que ejercen violencia hacia las mujeres.

IV. Fase final

La etapa final del proceso psicoterapéutico, comprende dos momentos importantes, el cierre del proceso y el seguimiento después del egreso.

1. Cierre del proceso

Para el cierre del proceso de intervención psicoterapéutica es necesario que el psicólogo/a desarrolle una entrevista de cierre con el HEV – PL. Una vez realizada la entrevista de cierre, se realizará el informe de conclusión del proceso psicoterapéutico y será remitido a la autoridad que instruyó al HEV dicho proceso.

Es importante resaltar que el seguimiento social puede desarrollarse durante el proceso o a la conclusión debido a situaciones de crisis, dificultades sociales del usuario, esto queda sujeto a criterio profesional del trabajador social o a solicitud del psicoterapeuta.

Así también, se debe tener en cuenta que, ante la inasistencia de los HEV-PL a sus sesiones de intervención psicoterapéutica, se debe poner en conocimiento ante la autoridad judicial que lo derivó, para que se adopten las medidas jurídicas correspondientes, en el marco del proceso penal.

2. Seguimiento después del egreso

Una manera de buscar la eficacia de los programas de intervención psicoterapéutica con HEV-PL es incluir la fase de seguimiento post egreso, que es un periodo de acompañamiento terapéutico que se realiza como última acción dentro de un programa de intervención psicoterapéutica a los HEV, pero no por eso deja de ser importante. Más bien cobra bastante relevancia por los siguientes fines, que son nombrados en la literatura especializada:

- a) Consolidar la mejora alcanzada y los cambios conseguidos, favorecer la permanencia de los cambios y prevenir recaídas.
- b) Realizar valoraciones psicológicas para: observar el mantenimiento de los cambios, en razón a los objetivos terapéuticos propuestos (nivel cognitivo, afectivo e inter-relacional). Asimismo, evaluar el impacto y los resultados de la intervención en cada uno de los participantes.

Evaluar la eficacia del programa, para poder realizar ajustes y cambios correspondientes.

La o el profesional Psicoterapeuta o psicólogo de la institución penitenciaria, realizará el correspondiente seguimiento de caso del HEV que concluyó con el proceso de intervención psicoterapéutica, para lo cual, se coordinará con el psicoterapeuta que atendió el caso una visita a su domicilio o bien, citarlo para una nueva sesión o encuentro. El seguimiento post egreso se desarrollará: al mes, al tercer mes, a los seis meses y al año de haber concluido el proceso de intervención.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO





DEFENSORÍA DEL PUEBLO
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

ANEXOS



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



ANEXO N° 1 - Boleta de Referencia y contra referencia

BOLETA DE REFERENCIA Y CONTRA REFERENCIA				
1				
DATOS DEL CASO				
	N.° de Caso	Fecha:
INSTITUCIÓN QUE REALIZA LA CONTRA REFERENCIA				
.....				
INSTITUCIÓN A LA QUE SE REALIZA LA CONTRA REFERENCIA				
.....				
LA PERSONA TIENE INFORME PSICOLÓGICO REALIZADO ANTERIORMENTE				
	SÍ	NO
2				
DATOS IDENTIFICATIVOS DE LA PERSONA				
.....				
Apellidos			
Nombres			
N.° de documento de Identidad			
Edad			
Domicilio			
Teléfono			
3				
MOTIVOS DE LA CONTRA REFERENCIA				
.....				
.....				
.....				
.....				
CIERRE DE LA REFERENCIA Y CONTRA REFERENCIA				
Nombre del personal técnico			
Firma			

ANEXO N° 2 - Ficha de Registro

FICHA DE REGISTRO	
Nombre del Centro Penitenciario:
Nombre y apellidos:
Dirección:
Fecha:
Teléfono:
Vive con su pareja:
Hijos/as:
Estudios realizados:
Profesión/oficio:
Recinto:

ANEXO N° 3 - Historia Personal de maltrato

HISTORIA PERSONAL DE MALTRATO

1. Entorno familiar en la infancia: padre, madre, madrastra, padrastro, número de hermanos/as.
.....
2. ¿Cómo definiría la relación con su madre?
.....
3. ¿Cómo definiría la relación con su padre?
.....
4. ¿Cómo recuerda que era el trato de su padre hacia su madre? ¿había insultos, amenazas, golpes? Comente.
.....
5. ¿Cómo recuerda que era el trato de su madre hacia su padre? ¿había insultos, amenazas, golpes? Comente.
.....
6. ¿Cuándo usted era niño, su padre o su madre lo insultaban, menospreciaban, golpeaban o ejercían otras formas de violencia contra usted? Comente.
.....
7. ¿Cuándo usted era niño o adolescente usaba la fuerza física, amenazas o insultos en las relaciones con sus compañeros/as?
.....
8. ¿Cómo definiría sus relaciones sentimentales de parejas anteriores?
Comente
.....

ANEXO N° 4 - Historia Clínica

Historia Clínica

Datos Generales

Nombre y apellidos.....

Sexo..... Edad..... Lugar de nacimiento.....

Grado de instrucción.....

Ocupación.....

Estado civil.....

Dirección.....

Teléfono.....

Derivado por

Motivo de Consulta

Historia Personal (se anotará aquí lo relacionado a las diferentes etapas del desarrollo humano del entrevistado)

Etapa pre-natal.....

.....

Nacimiento

.....

Infancia (Desarrollo Psicomotor, desarrollo Socio-emocional)

.....

Educación (Desempeño escolar, adaptación a la escuela, otras dificultades en el nivel primario, secundario y posterior)

.....

Antecedentes Personales Patológicos. (Detallará los antecedentes de importancia clínica, así como el tratamiento que recibe para cada situación comórbida y su duración)

Cardiovasculares..... Pulmonares..... Digestivos..... Diabetes.....

Renales..... Quirúrgicos..... Alérgicos..... Transfusiones.....

Medicamentos:.....

Especifique:.....

Antecedentes Personales No Patológicos (se anotará aquí lo relacionado a tabaquismo, uso de alcohol, así como diferentes adicciones y su duración, de igual forma se anotarán aquí, de requerirse, los antecedentes sexuales del paciente.)

Alcohol:.....

Tabaquismo:.....

Drogas:

Inmunizaciones:

Otros accidentes o enfermedades:

.....

.....

.....

.....

.....

Vida Psicosexual:

.....

.....

.....

Hábitos e intereses:

.....

.....

.....

.....

Historia Familiar:

Padre: Vivo Sí____ No____

Enfermedades que padece:.....

.....

.....

.....

Madre: Viva Sí..... No.....

Enfermedades que padece:

.....

.....

.....

Hermanos: ¿Cuántos?..... Vivos

Enfermedades que padecen:

.....

.....

Otros:

Dinámica Familiar (Datos relevantes sobre sus relaciones con su familia)

.....

Relación conyugal actual

.....
.....
.....
.....

Personalidad. (Se describen características psicológicas más relevantes, se va desgranando a través de las entrevistas psicológicas que se llevan a cabo durante las sesiones de entrevista)

.....
.....
.....

Examen Mental

Apariencia general y actitud:

.....
.....

Estado de conciencia:

.....
.....

Estado de ánimo:

.....
.....

Actividad motora:

.....
.....

Contenido de ideas:

.....
.....

Memoria:

.....
.....

Pensamiento:

.....
.....
.....

Hipótesis y posible diagnóstico:

.....
.....
.....

Plan Terapéutico/Recomendaciones:

.....
.....
.....
.....
.....

.....

Nombre y Firma del evaluador



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



ANEXO N° 5- Inventario de Pensamientos Distorsionados sobre la Mujer y el Uso de la Violencia-Revisado (IPDMUV-R)

(Echeburúa, Amor, Sarasua, Zubizarreta y Holgado-Tello, 2015)

N.º de ítem previo		V	F
1	Las mujeres son inferiores a los hombres		
2	Si el hombre es el que aporta el dinero en casa, la mujer debe estar subordinada a él		
3	El hombre es el responsable de la familia, por lo que la mujer le debe obedecer		
4	La mujer debe tener la comida y la cena listas para cuando el hombre vuelva a casa		
5	La obligación de una mujer es tener relaciones sexuales con su pareja, aunque en ese momento la mujer no lo desee.		
6	Una mujer no debe llevar la contraria a su pareja		
7	Una mujer que permanece conviviendo con un hombre violento debe tener un serio problema psicológico		
8	Para muchas mujeres, el maltrato por parte de sus parejas es una muestra de su preocupación por ellas		
9	Cuando un hombre pega a su pareja, ella ya sabrá por qué		
10	Si las mujeres realmente quisieran, sabrían cómo prevenir nuevos episodios de violencia		
11	Muchas mujeres provocan deliberadamente a sus parejas para que estos pierdan el control y les golpeen		
12	El hecho de que la mayoría de las mujeres no llame a la policía cuando están siendo maltratadas es una prueba de que quieren proteger a sus parejas		

13	Los profesores de la escuela hacen bien en utilizar el castigo físico contra niños que son repetidamente desobedientes y rebeldes		
14	Los niños realmente no se dan cuenta de que sus padres maltratan a sus madres a no ser que sean testigos de una pelea		
15	Para maltratar a una mujer hay que odiarla		
16	La mayoría de los hombres que agreden a sus parejas se sienten avergonzados y culpables por ello		
17	Lo que ocurre dentro de una familia es problema únicamente de la familia		
18	Muy pocas mujeres tienen secuelas físicas o psíquicas a causa de los malos tratos		
19	En muchas ocasiones los hombres maltratan a sus parejas porque ellas les fastidian		
20	La mayoría de las personas que ejercen algún tipo de violencia son personas fracasadas o "perdedoras"		
21	Las personas que ejercen violencia tienen graves problemas psicológicos y a menudo no saben lo que hacen		

El rango de puntuación es entre 0 y 21 puntos. A mayor cantidad de respuestas afirmativas (1=V; 0=F), mayor es el número de distorsiones cognitivas sobre la mujer y el uso de la violencia. El punto de corte propuesto para discriminar a los agresores (o potenciales agresores) de los no agresores es de ocho puntos.

ANEXO 6 - Evaluación de la motivación al cambio

ENTREVISTA INICIAL ESCALA DE EVALUACIÓN PSI

ESCALA DE EVALUACIÓN DEL CAMBIO	Nombre:

Sexo	V	M
-------------	---	---

Edad	
-------------	--

Fecha			
--------------	--	--	--

<p>Cada una de las siguientes frases describe cómo podría sentirse una persona cuando empieza un tratamiento o aborda algún problema en su vida. Por favor indica tu acuerdo o desacuerdo con cada una de las frases. Responde en función a cómo te sientes ahora mismo y no en función de cómo te sentiste en el pasado o de cómo te gustaría sentirte. Cuando elija su respuesta rodee con un círculo.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Totalmente en desacuerdo 2. Algo en desacuerdo 3. Neutro 4. Algo de acuerdo 5. Totalmente de acuerdo
--	---

1.	Que yo sepa, no tengo problemas que cambiar.	1	2	3	4	5
2.	Creo que puedo estar preparado para mejorar de alguna manera.	1	2	3	4	5
3.	Estoy haciendo algo con los problemas que me han estado preocupando.	1	2	3	4	5
4.	Puede que valga la pena el que trabaje para solucionar mi problema.	1	2	3	4	5
5.	No tiene ningún sentido que yo esté aquí.	1	2	3	4	5
6.	Me preocupa la posibilidad de que dé un paso atrás con un problema que ya he cambiado, por esto estoy aquí en búsqueda de ayuda.	1	2	3	4	5
7.	Por fin estoy haciendo algo para solucionar mi problema.	1	2	3	4	5
8.	He estado pensando que tal vez quiera cambiar algo de mí mismo.	1	2	3	4	5

9.	He trabajado con éxito en mi problema pero no estoy seguro de que pueda mantener el esfuerzo yo solo.	1	2	3	4	5
10.	A veces mi problema es dificultoso, pero estoy trabajando para resolverlo.	1	2	3	4	5
11.	Para mí, el hecho de estar aquí es casi como perder el tiempo ya que el problema no tiene que ver conmigo.	1	2	3	4	5
12.	Espero que en este lugar me ayuden a comprenderme mejor a mí mismo.	1	2	3	4	5
13.	Supongo que tengo defectos, pero no hay nada que yo necesite realmente cambiar.	1	2	3	4	5
14.	Me estoy esforzando realmente mucho para cambiar.	1	2	3	4	5
15.	Tengo un problema y pienso realmente que debo afrontarlo.	1	2	3	4	5
16.	No me siento capaz de mantener lo que he cambiado en la forma que yo esperaba, y estoy aquí para prevenir una recaída en ese problema.	1	2	3	4	5
17.	Aunque no siempre consigo resolver con éxito mi problema, al menos lo estoy intentando.	1	2	3	4	5
18.	Pensaba que una vez hubiera resuelto mi problema me sentiría liberado pero a veces aún me encuentro luchando con él.	1	2	3	4	5
19.	Me gustaría tener más ideas sobre cómo resolver mi problema.	1	2	3	4	5
20.	He empezado a hacer frente a mis problemas pero me gustaría que se me ayudara.	1	2	3	4	5
21.	Quizás en este lugar me puedan ayudar.	1	2	3	4	5
22.	Puede que ahora necesite un empuje para ayudarme a mantener los cambios que ya he llevado a cabo.	1	2	3	4	5

23.	Puede que yo sea parte del problema, pero no creo que realmente sea así.	1	2	3	4	5
24.	Espero que aquí alguien me pueda dar algún buen consejo.	1	2	3	4	5
25.	Cualquier persona puede hablar sobre el cambio; yo de hecho estoy haciendo algo para cambiar.	1	2	3	4	5
26.	Toda esta charla psicológica es aburrida. ¿Por qué no podrá la gente simplemente olvidar sus problemas?	1	2	3	4	5
27.	Estoy aquí para prevenir la posibilidad de recaer en mi problema.	1	2	3	4	5
28.	Es frustrante, pero siento que podría reaparecer el problema que pensaba haber resuelto.	1	2	3	4	5
29.	Tengo tantas preocupaciones como cualquier otra persona. ¿Por qué perder el tiempo pensando en ellas?	1	2	3	4	5
30.	Estoy trabajando activamente en mi problema.	1	2	3	4	5
31.	Asumiría mis defectos antes que intentar cambiarlos.	1	2	3	4	5
32.	Después de todo lo que he hecho para intentar cambiar mi problema, de vez en cuando vuelve a aparecer y me preocupa.	1	2	3	4	5



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



ANEXO N° 7 – Modelo de Contrato Terapéutico

Yo.....

de.....años de edad, certifico que me han leído y explicado el alcance, características, propósitos y beneficios de desarrollar la intervención psicoterapéutica por hechos de violencia contra la mujer.

- 1. Fases de la intervención:** Las fases son: Evaluación inicial (perfil de ingreso, llenado de escalas/pruebas psicológicas y ficha social), asignación de grupo (según disponibilidad de espacio), intervención psicoterapéutica grupal o individual (si corresponde), Evaluación post-grupo, seguimiento del área de trabajo social y cierre.
- 2. Criterios de exclusión:** Asimismo, se me ha explicado los criterios de exclusión por:
 - a) Problemas psiquiátricos graves o de comprensión.
 - b) Problemas de adicción drogodependencia y alcoholismo.
 - c) Incumplimiento al contrato terapéutico
 - d) Conducta agresiva con integrantes, personal técnico y administrativo vinculado con la intervención terapéutica.
 - e) La inasistencia injustificada y/o abandono a tres sesiones, dará lugar a la baja y puesta en conocimiento a instancia correspondiente de la situación del consultante
- 3. Tiempo de la intervención:** El tiempo que durará la intervención terapéutica, será:
 - a) 32 sesiones, con una duración de 2 horas y media en un grupo conformado de 8 a 12 personas. La cual se realizará una vez por semana.
 - b) Por otra parte, las sesiones individuales están sujeto al deseo y voluntad personal y sugerencia del personal técnico que lleva el caso.

4. Aspectos relacionados con mi participación: Se me informó que se tomará en cuenta en el proceso de la intervención psicoterapéutica:

- a) Puntualidad a la asistencia a cada sesión.
- b) Participación activa en las sesiones.
- c) Compromiso e implicación en el proceso terapéutico.
- d) El seguimiento social paralelo a entrevista de cierre.

5. Criterios de egreso: Se me informó que, para egresar del proceso de intervención psicoterapéutica, debo cumplir con los siguientes criterios:

- a) La evolución de la intervención psicoterapéutica ha sido satisfactoria
- b) Testimonio de cambio.
- c) Entrevista de cierre.

6. Confidencialidad: Fui informado sobre las medidas de seguridad, para proteger la confidencialidad y/o reserva de las entrevistas individuales y las sesiones grupales.

Lugar y fecha donde se realizará la terapia grupal:

Nombre y firma de quien otorga el consentimiento:

Número de cédula de identidad:

.....
Psicólogo

.....
Usuario/a (HEV – PL)

.....
VoBo Dirección

ANEXO N° 8 – Los nueve mandamientos

- 1) Somos 100% responsables de nuestra conducta.
- 2) La violencia no es una solución aceptable de los problemas.
- 3) No tenemos control sobre ninguna otra persona, pero tenemos control sobre nosotros mismos.
- 4) Cuando hablamos con los demás, necesitamos decir nuestros sentimientos claramente, sin culpar o amenazar.
- 5) Entender más sobre lo que nos decimos a nosotros mismos, sobre nuestros síntomas físicos y nuestras emociones, es muy importante para progresar y mejorar.
- 6) Siempre podemos tomar un tiempo fuera antes de reaccionar.
- 7) Nada podemos hacer respecto al pasado, pero podemos cambiar el futuro.
- 8) Aunque hay diferencias entre hombres y mujeres, nuestros derechos y necesidades, son iguales.
- 9) Los terapeutas no pueden hacer que la gente cambie, sólo pueden preparar el terreno para que el cambio ocurra.

Fuente: Welland y Wexler (2007) Sin Golpes. Pax: México p.93



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



ANEXO N° 9 – Sesiones de Terapias Alternativas

MINDFULNESS

Mindfulness o “atención plena” es un mismo concepto que hace referencia al conjunto de técnicas que se emplean para ser plenamente conscientes del momento presente, lo cual implica no huir o esconder las emociones que nos resulten desagradables. Nuestra mirada debe estar libre de juicios y de intención de control sobre estas emociones.

El *mindfulness* tiene como finalidad, aplicado al Programa, reeducar ciertos conceptos tóxicos que no hacen sino provocar frustración y dolor que pueden conducir a estados ansiosos y/o depresivos.

Con esta técnica se espera aprender a no atascarse en eventos del pasado ni en la angustia e incertidumbre del futuro. Puesto que ayudará a la gestión emocional saludable y a entender que lo único que verdaderamente existe es el momento presente.

EJERCICIOS DE MINDFULNESS

A continuación, se presenta tres ejercicios que se sugieren utilizar en las sesiones psicoterapéuticas.

Ejercicio 1: REPASO DE PENSAMIENTOS

Es importante aprender a no permitir que los pensamientos negativos que se acumulan sean lo que marque el inicio de tu día, así eliminarás la ansiedad que los acompaña. El Mini ejercicio sugerido es que cuando llegue el pensamiento tóxico o negativo, mira arriba hacia la izquierda, sin mover la cabeza, como si alzases la vista. Seguramente, el pensamiento habrá desaparecido.

Ejercicio 2: CONECTAR CON EL MOMENTO PRESENTE

Instrucciones: Utiliza el guion de esta meditación de enraizamiento cuando notes que comienzas a sentirte con ansiedad, preocupado, abrumado o perdido en pensamientos negativos o en sentimientos de incertidumbre respecto al futuro al ir de un lugar a otro. La primera vez emplea todo el tiempo que sea necesario para realizarla.

Una vez que estés familiarizado con el modo de «Conectar con el momento presente», puedes abreviar el proceso y hacerlo en tan solo un minuto, si así lo deseas.

Siéntate en una silla cómoda y haz un par de respiraciones profundas, calmantes. Ahora, levanta las manos hasta la altura del centro del corazón, con las palmas una frente a la otra, a una distancia de unos treinta centímetros aproximadamente. Nota la tensión que hay solo por sostener las manos y los brazos sin apoyarlos.

A continuación, siempre lentamente, acerca las manos hasta que experimentes la más ligera o sutil sensación de energía, presión, calor o calidez. Detente cuando sientas eso y límitate a observarlo durante unos instantes. Examina de cerca esta sensación. ¿Es constante el calor, la calidez, la energía o la presión? ¿O varía ligeramente de instante en instante?

Ahora, lleva suavemente las palmas más cerca entre sí, hasta que las yemas de los dedos se junten mediante un contacto muy ligero, como el de una pluma. Imagina que las moléculas de las puntas de los dedos de tu mano derecha danzan con las moléculas de las puntas de los dedos de tu mano izquierda. Puedes pensar incluso qué baile están haciendo: la samba, el tango, el vals.

Ahora, sigue acercando las palmas entre sí hasta que se toquen ligeramente. Al hacerlo, observa cómo los dedos se enderezan y cómo el calor entre las palmas de las manos crece. Con las palmas unidas, es un buen momento para hacer una pausa durante unos instantes y apreciar el cuerpo, que es un precioso regalo que tenemos. Podemos también reflexionar sobre las palabras del autor John O'Donohue, que había sido sacerdote, quien escribió sabiamente en *Anam Cara*: el libro de la sabiduría celta: «Tu cuerpo es el único hogar en el universo».

(Descansa entre cinco y diez segundos en un estado de gratitud silenciosa).

Ahora, **emplea unos instantes para ver la diferencia entre tensar el cuerpo y luego relajarlo**. Manteniendo las palmas en contacto, sube los codos hacia los lados. Presiona solo con un diez por ciento de toda la fuerza que podrías ejercer. Ahora presiónalas más todavía, usando hasta el veinte por ciento de la fuerza total.

Deja de hacer fuerza si sientes dolor. Presiona solo lo que puedas sin sentir dolor o incomodidad. Observa, otra vez, hasta dónde llega la tensión de los brazos. ¿Llega a las muñecas, los codos, los hombros, los omóplatos, la espalda, el pecho? ¿Puedes sentir cómo crece el calor en las palmas de las manos? ¿Qué músculos están tensos? Después de unos cinco minutos, deja que los hombros y los codos se relajen y suelten. Libera toda esta tensión. Nota qué agradable resulta abandonar el esfuerzo y la tensión del cuerpo.

Finalmente, muy poco a poco, **abre las manos, como capullos de flores que se abren al sol de la mañana**. Siente la frescura de las palmas a medida que el calor se disipa. Finalmente, permite que el peso de la gravedad descienda sobre tus manos y brazos, dejando que caigan como hojas de un árbol, hasta que descansen en tu regazo o tus piernas. Haz una larga y agradable inspiración, y al espirar imagina cómo se expulsa todo el estrés que te queda por debajo de las piernas y al fondo de los pies, desde donde fluirá por la Tierra y se reciclará. Si quieres, siéntate durante unos instantes más, apreciando tu cuerpo por cómo

sigue tus órdenes y transporta tu conciencia para que puedas lograr los objetivos de tu vida. ¡Qué maravilloso!

Ejercicio 3: HISTORIA Y MEDITACIÓN: CÓMO LIBERARSE DE UNA TRAMPA PARA MONOS

¿Sabías que los cazadores tienen un modo especial de capturar monos? Vacían una calabaza o usan un contenedor y colocan alimento dentro. La calabaza se fija en el suelo, y hay un agujero de un tamaño ajustado a la mano del mono para que esta pueda introducirse y agarrar el tentador bocado.

Pero tiene truco... y consiste en que una vez el mono agarra la comida con el puño cerrado, su mano es demasiado grande para poder sacarla. El mono podría desatascarse soltando la comida y sacando la mano. Sin embargo, el férreo control del apego, la codicia y el deseo de esa comida mantienen la mano apretada. El mono está atrapado tan solo por su no querer soltar.

Esta es una potente metáfora de nuestro propio «bloqueo», o de cualquier momento en el que estamos atrapados por una creencia mantenida de manera firme, una idea rígida o un deseo que nos deja paralizados en el lugar. Además de sentirnos atascados, es probable que experimentemos sentimientos de impotencia y desesperanza. Afortunadamente, podemos aprender aquello que un mono apresado en una trampa no sabe: el secreto para liberarse de casi cualquier ansiedad que produce una trampa o un sistema de creencias inflexible es aprender a soltar.

Meditación para liberarse de la trampa del mono

Instrucciones: Antes de leer la meditación, comienza respondiendo las preguntas siguientes para que te ayuden a descubrir las «trampas para monos» de tu propia vida.

Preguntas premeditación: Todo el mundo tiene algún tipo de trampa para monos en su vida. El truco es hacerse consciente primero de la trampa (lo cual el mono no podría hacer) para poder liberarse. ¿Cuáles son las trampas que te provocan ansiedad o tensión?

Recuerda que cualquier idea o creencia fuerte –como la necesidad de obtener todo sobresalientes en la escuela o de ser siempre el primero en cualquier cosa que uno haga o el temor a estropearlo todo y no agradar– puede crear ansiedad. Y, sin embargo, encuentras difícil dejar de creer que tienes que lograr algo o actuar de un cierto modo, aunque te provoque un inmenso dolor. Escribe a continuación tus «trampas», aunque todavía creas que son necesarias para ti:

.....
.....
.....

Pregúntate: «¿Con qué fuerza esta idea o esta creencia se aferra a mí, a mi mente y mis emociones?». Incluso puedes puntuarlo en una escala del 1 al 7, en la que 1 significa que no tiene ninguna influencia sobre ti y 7 que te tiene agarrado como un superpegamento. Puntúa también esto:

.....
.....
.....

Meditación de la trampa para monos: Ahora estás listo para la meditación de la trampa para monos. Busca un lugar tranquilo. Siéntate en una silla, adoptando una posición erguida pero relajada.

Visualiza tu «trampa para monos» o la causa de esa ansiedad o malestar e incomodidad situada en la calabaza que el mono agarra. Ahora, imagina que extiendes el brazo y contraes la mano a través del estrecho agujero de la calabaza, y agarras cualquier cosa que sientas que te resulta absolutamente necesario tener. Observa cómo en realidad es una forma de aferrarte a algo, de apego, de deseo ansioso

Mientras lo tienes en la mano, concéntrate en la tensión con que estás apretando para no perder lo que has agarrado. Sigue sintiendo la sensación que procede de esta manera de agarrar algo y aferrarte a ello.

Ahora, lentamente, date permiso para soltar el deseo, abandonar esa idea o creencia que crees que tienes que albergar. ¿Qué es lo que sería tan horrible si la soltases? ¿Serías un paria, un apestado? ¿No tendrías otras opciones en la vida? ¡Fíjate en cómo el deseo ansioso puede ser tan estrecho, tan limitante y tan poderoso que puede hacernos olvidar otras posibilidades! Al soltar el deseo ansioso, o la trampa del mono que te tiene agarrado, libera la tensión de tu mano.

Emplea al menos dos minutos para destensarte e ir soltando ese deseo ansioso. Puedes decirte: «En este momento, puedo relajar mi mente, mi mano y mi necesidad de aferrarme a aquello que deseo». Poco a poco, abre el puño cerrado. Percibe cómo la sangre vuelve a tu mano. Observa cómo esta tiene libertad de movimiento. Observa la sensación placentera procedente de soltar. Ahora, lentamente, saca la mano de la «trampa para monos» y deja detrás de ti el deseo ansioso. Sacude la mano y los dedos durante unos segundos, y saborea la libertad del movimiento completo del que ahora disfrutas.

Utiliza esta sencilla meditación cada día, o cuando necesites ayuda para hacer frente a los sentimientos o las creencias que te constriñen y te mantienen encogido y tenso por la ansiedad.

Reflexiones: ¿Cómo te sentiste al soltar de este modo? ¿Hasta qué punto esta meditación ha cambiado la percepción de tu deseo ansioso o ha reducido la fuerza con la que te sientes o sentías apresado en la «trampa para monos»?

.....
.....
.....



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



EL PSICODRAMA

El psicodrama fue creado como una psicoterapia de grupo, por el Psiquiatra Jacob Leví Moreno, inspirado en el teatro de la improvisación o teatro espontáneo, donde descubre las posibilidades terapéuticas que implica la representación de las situaciones conflictivas, al vivirlas de forma activa, en el aquí y el ahora.

Consiste en actuar los acontecimientos importantes que nos atraviesan en vez de simplemente hablar sobre ellos. Esto implica explorar, mediante la dramatización, acontecimientos relevantes de nuestra historia, situaciones vitales o dimensiones de nuestra vivencia interior: sean estos pasados, presentes o futuros, reales o imaginarios, externos o internos, experimentándolos como si estuvieran sucediendo en el presente.

Una sesión de psicoterapia psicodramática puede ser individual o grupal. En ambas modalidades la estructura del encuentro es el mismo, inicia con un espacio para el caldeoamiento; un tiempo para permitir que la creatividad sea posible, para poder crear un clima de seguridad, de confianza, que permita entrar en contacto con uno mismo. Luego se da lugar a la dramatización, en donde se trae al aquí y al ahora, a través de la actuación y del cuerpo, las situaciones, vivencias, sueños o conflictos que están presentes para el protagonista, teniendo la posibilidad de actuarlos y vivenciarlos, no solo contarlos. En este momento se exploran acontecimientos importantes de nuestra historia, pasados o presentes, reales o imaginados, permitiendo reintegrarlos de una manera nueva. Por último, se finaliza con un tiempo para compartir, para expresar las sensaciones y vivencias que resuenan en nuestro interior después de la dramatización.

Para que poder hacer psicodrama se necesita de cinco elementos:

- 1) Protagonista:** es la persona que presenta un problema o tema a ser explorado.
- 2) Yo auxiliar:** es cada miembro del grupo que fue elegido por el protagonista para desempeñar un papel en la representación psicodramática, y que, para ello, es separada del auditorio y llevada al escenario para apoyar el trabajo del protagonista.
- 3) Director:** es el encargado de orientar la acción y aplicar los principios y las técnicas apropiadas para facilitar el logro de los objetivos del psicodrama. Es la función específica del psicoterapeuta y está destinada al logro de los objetivos.
- 4) Escenario:** es el espacio físico en el que el drama se lleva a cabo. La representación requiere de un espacio dramático, el lugar de la acción. En ese espacio el protagonista, con la ayuda del director, recrea el lugar imaginario de la escena que va a representar.

- 5) **Público:** está formado por los integrantes del grupo y no son pasivos, sino que participan emotivamente en la escena, empáticamente, aprendiendo y, luego, compartiendo con el protagonista sus propias vivencias y resonancias en relación a la escena protagonizada.

El objetivo fundamental en la psicoterapia psicodramática es, a través del encuentro con otros, ayudar a modificar los patrones de relación con los demás y con uno mismo, que se mantienen rígidos, ofreciendo la posibilidad de vivenciar alternativas a la propia realidad ya conocida. Por ello es importante generar grupalidad ya que la multiplicidad de sentidos que aporta el grupo como dispositivo de diversidad opera como transformador de la visión individual de nuestra historia personal. Esta es la mejor devolución del grupo al protagonista, y lo transformador es la capacidad de resonancia grupal.

Para poder ir realizando este proceso es necesario ir recuperando la espontaneidad, que posiblemente desde hace tiempo se ha ido perdiendo. La espontaneidad siempre se traduce en creatividad, y poder vivir con y desde ella, ayudará en la búsqueda de la propia verdad y la posibilidad de un encuentro verdadero con los demás.

Moreno parte de la idea de que todas las personas nacemos con capacidad espontánea para crear. Este concepto espontaneidad-creatividad es el motor básico del crecimiento y maduración de los seres humanos. Su déficit nos lleva a tener dificultad para generar nuestras propias alternativas de solución frente a los retos y dificultades que nos plantea la vida diaria. Por ello, la esencia del psicodrama es desarrollar y trabajar a partir de la capacidad espontánea y creativa que toda persona posee. Entendiendo por espontaneidad la capacidad de dar respuestas adecuadas a situaciones nuevas o respuestas nuevas a situaciones conocidas, alcanzando mejoras significativas en nuestro desarrollo como personas. De aquí la riqueza, potencialidad y alcance del psicodrama como una modalidad educativa eminentemente práctica; como una forma de promover el crecimiento personal. Y, finalmente, como un método terapéutico y de diagnóstico, aplicable a todas las personas y en todas las etapas de la vida.

ANEXO N° 10 – Ejemplo de Sesiones Psicoterapéuticas

SESIÓN: VIOLENCIA Y BUEN TRATO HACIA LA MUJER

Objetivo

Identificar y reconocer comportamientos violentos contra las mujeres, sus consecuencias, así como el ciclo de la violencia, marcando una línea base de inicio y la evolución necesaria para llegar a la meta de la erradicación de la violencia. Es necesario que los participantes y la o el facilitador compartan el mismo lenguaje, en cuanto a términos relacionados con la violencia, basado en la Ley 348, donde se indican 17 tipos de violencia, entre las que podemos destacar:

Conceptos clave

Violencia Física: Es toda acción que ocasiona lesiones y/o daño corporal, interno, externo o ambos, temporal o permanente, que se manifiesta de forma inmediata o a largo plazo, empleando o no fuerza física, armas o cualquier otro medio.

Violencia Psicológica: Es el conjunto de acciones sistemáticas de desvalorización, intimidación, control del comportamiento y decisiones de las mujeres, que tienen como consecuencia la disminución de su autoestima, depresión, inestabilidad psicológica, desorientación e incluso el suicidio.

Violencia Sexual: Es toda conducta que ponga en riesgo la autodeterminación sexual, tanto en el acto sexual como en toda forma de contacto o acceso carnal, genital o no genital, que amenace, vulnere o restrinja el derecho al ejercicio a una vida sexual libre, segura, efectiva y plena, con autonomía y libertad sexual de la mujer –acoso sexual, extorsiones sexuales, violación, etc.– muchas son coincidentes con la violencia psicológica, pero con un fin sexual.

Se debe adaptar la definición a términos entendidos por los participantes, con numerosos ejemplos cotidianos –idealmente de los participantes, ayudados por el facilitador–. Con cuantiosos argumentos, que sean válidos para ellos, sin responsabilizar a la mujer, se debe intentar desligar el tema de la posible “culpabilidad” que para ellos tiene ella, expresando su “injusta” situación particular desviando el tema. Lo que se debe reconducir para que hablen desde sí mismos y lo que ellos pueden realizar.

La definición –y representación si se viera oportuno– de tipos de violencia y de buen trato por parte de los participantes, con ayuda del facilitador –añadiendo control y poder–, se usará el resto de sesiones, mediante reflexión grupal, individual o con imágenes.

Variante simbólica: En relación a las emociones, poder y control. Realizar con varios participantes una escena, ejemplificando estatuas, en las que representen algún tipo de violencia, a continuación, los demás componentes del grupo deben modificar dicha escena para que se convierta en una de buen trato. Para finalizar se analiza las diferencias, lo que han sentido, porqué era una escena de violencia, etc.

Variante de representación: Uno de los componentes del grupo se tapa con una capa, mientras que los demás van escribiendo frases negativas referidas a la violencia y se las van pegando sobre la capa. Este al recibir dichos mensajes debe sentir, no verbalmente, lo que implica cada “golpe”, por lo que su postura se irá retrayendo y su cuerpo comenzará a desplomarse paulatinamente, hasta que acabe en el suelo. Con todos los mensajes en su cuerpo, permanecerá 5 minutos en silencio. A continuación, el grupo cambia los mensajes de violencia por otros de buen trato, produciendo el proceso corporal opuesto. Se concluye con el sujeto quitándose la capa simbolizando el cambio.

Reconocimiento y consecuencias de la violencia: Acciones y/o pensamientos que representan a cada tipo de violencia, para que el componente del grupo pueda identificarse más fácilmente (el facilitador debe tener una lista muy numerosa de ejemplos concretos que podrían realizar las personas), para analizar cómo controlan la relación, el dinero familiar, sexualidad de la pareja o cómo buscan una compensación al ceder el poder, para después avanzar hacia la asunción de empatía y responsabilidad.

Imágenes de mujeres golpeadas, que aumenten su intensidad progresivamente, ejemplificando el ciclo de la violencia hasta su final –positivo o negativo–.

Consideraciones particulares

- a) Identificar algunos tipos de violencia que se pueden ver/hacer de manera cotidiana.
- b) Mitos que haya podido escuchar en alguna conversación (¿Qué hizo él, rebatirlo, fortalecerlo, reírse o callarse?).
- c) Si se produce algún tipo de violencia identificar las fases del ciclo, además de percibir cómo se sintió en cada una de ellas y cómo se sintió la otra persona.
- d) Análisis de consecuencias desde la perspectiva de personas cercanas, preguntándoles, observando sus actitudes, etc.
- e) Ver videos o acudir a alguna institución para pedir información sobre la violencia.

- f) Listado de acciones violentas que ha realizado con la (ex) pareja (con la ayuda de una guía de acciones).
- g) Si acepta la violencia, ver cómo se pueden sustituir las acciones, consiguiendo beneficios equiparables o superiores a los que se producían al ejercer dicha violencia.

Ejercicios entre sesiones

- a) Identificar algunos tipos de violencia que se pueden ver/hacer de manera cotidiana.
- b) Mitos que haya podido escuchar en alguna conversación (¿Qué hizo él, rebatirlo, fortalecerlo, reírse o callarse?).
- c) Si se produce algún tipo de violencia identificar las fases del ciclo, además de percibir cómo se sintió en cada una de ellas y cómo se sintió la otra persona.
- d) Análisis de consecuencias desde la perspectiva de personas cercanas, preguntándoles, observando sus actitudes, etc.
- e) Ver videos o acudir a alguna institución para pedir información sobre la violencia.
- f) Listado de acciones violentas que ha realizado con la (ex) pareja (con la ayuda de una guía de acciones).
- g) Si acepta la violencia, ver cómo se pueden sustituir las acciones, consiguiendo beneficios equiparables o superiores a los que se producían al ejercer dicha violencia.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SESIÓN: IDENTIFICACIÓN Y EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS

Objetivo

Aprender a expresar adecuadamente los sentimientos utilizando acciones no violentas.

Conceptos clave

¿Qué son los sentimientos? Un sentimiento es el resultado de los procesos mentales que ocurren inmediatamente después de experimentar una emoción. Cuando el cerebro procesa la emoción, y la persona descubre el estado anímico que esta le ocasiona, ahí se produce el sentimiento.

Consideraciones particulares

En esta etapa las personas que asisten al grupo de terapia han aprendido bastante sobre sus comportamientos y formas de comunicación abusiva, pero aún debe trabajarse con la expresión de sentimientos. Esto no se procesa solo en esta sesión, sino que ha sido una constante durante todo el proceso. Sin embargo, en esta sesión se dan herramientas específicas para la comunicación, primero dentro del grupo y después con la pareja. (Kivel, 1993, Pence, 1990).

La meta es que el sujeto, comprenda que lo que dice y piensa no necesariamente es entendido de la misma forma por su pareja y por otras personas. A los hombres se les enseña a no dar explicaciones por lo que dicen o hacen y a interpretar como desinterés o desafío a su autoridad el que otros/as, principalmente su pareja, no les hagan caso o cumplan mal con una orden o deseo suyo. Por medio de la violencia, muchos enseñan a sus compañeras lo que sus gestos y palabras significan para ellos y éstas así lo aprenden, generalmente más por temor que por deseos de comprender la particular forma de comunicarse. Así, el ruido que hace al llegar a su casa quiere decir que tiene hambre, quiere comer y que desea que le sirvan la comida. Está convencido de que habla con claridad y que su mujer es una tonta si no le entiende, o bien, puede considerar que a ella no le interesa él. (Fuller, Norma, 2001).

A esto se agrega que el hombre aprende a dar importancia a lo que otras personas dicen, sobre todo las mujeres y quedarse con la primera interpretación que hace de sus palabras y comportamientos. En su pensamiento dicotómico, si alguien dice que está bien realmente piensa que lo está, si recibe alguna crítica lo interpreta como un listado de sus defectos y un cuestionamiento absoluto sobre su autoridad. El reconocer que se ha equivocado implica que no es perfecto ni que sabe todas las respuestas. Además, no sabe distinguir entre sus emociones; estar bien, estar enojado o estar simplemente molesto. En algunos hombres la incapacidad para expresar las emociones que experimentan se limita a un "estar bien o mal"

Ejercicios entre sesiones

Responder a las siguientes preguntas:

¿Estoy triste cuando...?

¿Estoy contento cuando...?

Expreso mi tristeza de esta forma:

Expreso mi alegría de esta forma:

De niño aprendí que los hombres no expresaban sentimientos porque...

SESIÓN: MITOS SOBRE LA MASCULINIDAD

Objetivo

Definir claramente los mitos sobre la masculinidad y cómo afectan nuestra visión del mundo.

Conceptos clave

Generalización excesiva: cuando se establecen leyes generales a partir de incidentes aislados. Por ejemplo: "ella hizo algo mal, mi esposa no me entiende, nadie me entiende, todo el mundo está en mi contra, nada de lo que yo digo vale."

Abstracción selectiva: cuando se consideran sólo algunos de los elementos de la situación, seleccionando únicamente los conceptos que apoyan su propia hipótesis e ignoran las explicaciones de la esposa o compañera que contradicen la propia percepción. Por ejemplo, algunos de ellos explican: "bueno, yo estaba leyendo el periódico el domingo en la mañana, pues es el único momento que tengo para descansar, cuando mi esposa me pidió que le diera de comer al perro. ¿Cómo quieren que yo no me ponga furioso si ella no respeta el único tiempo que tengo y además soy yo quien llevo la comida a la casa?"

Maximización: es exagerar la magnitud de un suceso. Por ejemplo: "con eso que hizo ella, por ejemplo, irse a visitar a una amiga o a una terapeuta lo que quiere es destruir nuestro matrimonio porque esa persona le va a meter cosas en la cabeza para que dejemos de estar juntos."

Minimización: es restarle importancia o magnitud al suceso. Por ejemplo: "yo no la estaba golpeando, simplemente como ella estaba moviéndose de un lado para otro en el cuarto y yo solamente le agarré duro los brazos y le dije que parara, eso fue todo, eso no era un acto de violencia, era que me tenía loco de tanto caminar."

Pensamiento dicotómico: consiste en irse de un extremo a otro y tener un pensamiento de todo o nada. Por ejemplo, puede manifestarse en no poder tener una conversación mediante un diálogo equitativo, sino que, ante alguna queja de la compañera, el señalar: "yo soy el malo de la película, el peor, el horrible, entonces como te molesta tanto que vaya a la universidad y ande con mis amigos desde ahora no voy a ir a ninguna parte y punto. No vuelvo a hablar y se acabó. Tú serás la culpable de que yo sea un desgraciado."

Personalización: es interpretar los sucesos como referidos a sí mismos. Por ejemplo: "seguro de que está hablando tanto por teléfono para que yo no pueda hablar con ella..., seguro que tiene el celular apagado para que yo no sepa dónde anda..., o esa ropa con la que anda probablemente se la puso porque sabe que a mí me molesta y va a ir a provocar a otro hombre."

Consideraciones particulares

Esta sesión es importante para ayudar al hombre a observar sus justificaciones y mecanismos para defenderse o racionalizar su propia conducta. La meta principal será el reconocimiento de las distorsiones cognitivas que sustentan la forma de pensar del sujeto en relación con su violencia y cuyo contenido era determinado por el patriarcado Batres, (1999). Este tipo de conceptos pueden traducirse en conversaciones negativas que refuerzan y justifican en el hombre sus acciones violentas. Podría hacerse un listado de las distorsiones cognitivas antes de iniciar su conducta violenta individual, ya sea física, psicológica o sexual y luego hacer un nuevo estado en conjunto con el grupo, de modo que los/as facilitadores/as vayan verificando si en verdad esta cognición, está basada en la realidad y no en el estereotipo. Es recomendable hacer un listado de cuáles serían las frases que podrían ayudar a eliminar este tipo de pensamientos.

Esta sesión es apropiada para la revisión de los mitos, creencias y estereotipos. La evaluación es un ejercicio que hay que hacer durante todo el proceso terapéutico y que cuesta muchísimo eliminar, dado que se han aprendido como parte de la cultura y de los roles asignados. Además, existe en los hombres violentos un sentimiento de justicia, por lo que les es muy difícil observar este tipo de acciones; por el contrario, casi siempre sienten que esa es la conducta más digna que puedan tener.

Ejercicios entre sesiones

- a) ¿Cuáles de estos estereotipos le han sido enseñados?
- Usted es el que tiene que mandar porque para eso son los hombres.
 - Sea violento y agresivo cuando existan problemas, ya que así todo se arregla más rápido.
 - Usted puede hacer lo que quiera, porque nadie tiene el derecho de decirle qué hacer.
 - No exprese otros sentimientos, solamente el enojo, lo demás es solamente de mujeres.
 - No pida ayuda ni acepte que tiene limitaciones.
 - Nunca dé explicaciones de lo que hace o piensa.
 - Las mujeres no saben cómo funciona el mundo en realidad.

- b) Para las siguientes afirmaciones describa lo que a su parecer crea, responda más adecuadamente a las interrogaciones:
- Para mí, el controlar a alguien, significa:
 - Yo aprendí que las mujeres necesitan ayuda en cosas, como:
 - Las obligaciones de una esposa/pareja son:
 - Esta es una lista de las cosas que hacen las mujeres que nunca deberían hacer:
 - Esta es una lista de las cosas que hacen los hombres que nunca deberían hacer:
 - Cuando un hombre encuentra que su pareja está haciendo algo que a él no le parece bien puede:
 - Cuando una mujer se entera que su pareja está haciendo algo que a ella no le parece, ella puede:
 - Los hombres y las mujeres pueden ser iguales en cosas, como:
 - Los hombres y las mujeres nunca pueden ser iguales en cosas, como:
 - Al trabajar este tema descubrí cosas sobre mí, como lo siguiente:



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SESIÓN: ASUNCIÓN DE RESPONSABILIDAD, MECANISMOS DE DEFENSA Y ACEPTACIÓN DE PERDIDAS

Objetivo

Que los participantes reconozcan y comprendan su responsabilidad en su violencia sin excusas, manejando pensamientos y actuaciones saludables para el relacionamiento y crecimiento personal.

Gran parte de los hombres que ejercen violencia de género, en un principio, no asumen su responsabilidad por los hechos de violencia. Si la hay se justifican con un factor externo (económicos, laborales, comportamiento de su pareja, intentar “hacer un bien” por su familia, rasgos de personalidad “incontrolables” etc.). Estos no la asumen porque no saben y de verdad lo creen (falta de habilidades), no quieren (necesidad de seguridad, experiencias vividas o creencias personales, entre otras) o piensan que no les conviene (miedo al cambio, realización de informes, etc.). A pesar de ello, resulta un factor primordial para la eficacia del tratamiento, por ello es importante hacer énfasis en esto, para que consigan responsabilizarse de las consecuencias de sus conductas y minimizar la probabilidad de reincidencia, mediante la implicación en los programas.

Dentro de esa responsabilidad se dan mecanismos de defensa alterando la propia visión de su realidad, para favorecer sus esquemas mentales y no alterar su coherencia personal.

Se debe tener como premisa fundamental “la violencia suele ser reaccionaria a un suceso acontecido, pero somos nosotros los que elegimos cómo responder”, (esto hay que dejarlo claro, ya que muchos usarán mecanismos de defensa para excusarse y decir que ella también me pega, que le provoca o que no hace lo que debería).

Lista de Mecanismos de Defensa Habituales

Proyección	Colocar en el otro lo que en realidad es propio	“seguro que tú has sido infiel por eso sospechas de mí”
Negación	“eso es mentira, no me contradije, entendiste mal”	“eso es mentira, no me contradije, entendiste mal”
Distorsión	Cambiar, exagerar, minimizar o comparar ventajosamente cualidades hacia uno mismo o a los demás.	“solo fue un empujón para defenderme (minimización)” “una vez ella me cortó con un cuchillo (comparación)” “pensaba que me iba a matar por eso reaccioné así (exageración)” “te quité el dinero porque te lo gastas en farra (sale tres veces al año)”

Represión	"Olvido" real o fingido de situaciones desfavorables	"yo nunca hice eso, estás loca"
Intelectualización	Minusvalorar los sentimientos, poniendo todo el peso en la razón propia y "objetiva"	"sé que estabas mal, pero lógicamente no era para tanto"
Asilamiento afectivo	Separar los sentimientos de una situación. En los actos que se cometen se intenta evitar los remordimientos, culpa, arrepentimiento o vergüenza, para "continuar con su vida"	"¿Por qué debo disculparme?, no ha sido nada y luego hemos vuelto a estar bien, quedó solucionado"
Evitación	Ignorar los problemas para no enfrentarlos, esperando una solución "mágica"	"no se puede hablar contigo, me voy" (no queriendo afrontarlo en el futuro, pero sí que cambie y se arregle la situación)
Humor	Utilizar el sarcasmo y la ironía frente a los problemas, para no afrontarlos y desmerecer a la otra persona	"agresivo dice, si no fue nada, si yo estuviera enfadado..."
Racionalización (*)	"Lógica varonil" buscar explicaciones para justificarse a uno mismo, sin ser flexible pensado en que sólo yo razono bien	"no tienes ni idea, ¿cómo voy a hacer eso? no tiene sentido..."
Coartada	Buscar circunstancias para negar la acción, muchas veces unida a sus valores o identidad de varón	"si le pegué como dice, ¿cree que sólo tendría esa marquita?"
Culpabilización (*)	Buscar culpables externos	"si no hace nada y tiene a mis hijos descuidados ¿qué quiere que haga?"

Justificación (*)	Se reconoce el hecho (aunque minimizado generalmente), tiene una explicación para el mismo que le exime de culpa, reduce la importancia de lo ocurrido, busca el perdón de la persona, explica la diferencia de roles o poder (despreciándola), desea mantener el auto concepto, dotar de excesiva importancia a la impulsividad, etc.	"una mujer no se debe comportar así"; "me conoces, sabes que no soy así"; "ella me obligó prácticamente, no dejaba de insultarme, le avisé para que se callara pero"; "no creía que era para tanto"; "estaba mareado"; "lleva años conmigo tratándome mal, sólo quiere mi dinero"; "me provoca para que le pegue"; "no pude aguantarme"; "me sentía así, tenía que hacer algo"
Identidad	Reaccionar para mantener los esquemas mentales	"como hombre no puedo permitir eso"
Exclusividad	Dotar la acción como incidente aislado, restando responsabilidad e importancia	"siempre me porto muy bien con ella, sólo fue una vez"
Utilitarismo	Acepta que lo hace para un beneficio, aunque generalmente común	"si no me pongo así no haces nada"; "desde que lo hice has cambiado a mejor para la familia"
Anulación	"sé que hice mal, me fui a confesar y Dios me perdonó"	"sé que hice mal, me fui a confesar y Dios me perdonó"

Muchos de estos mecanismos se apoyan en fantasías creadas para sostener su identidad y la situación de pareja, e intentan evitar el cambio personal o situacional, manteniendo su control y su poder. Para afianzarlos y lograr sus objetivos pueden somatizar, mostrar una conducta agresiva encubierta, aparentar cercanía, aparente cambio de conducta o pensamiento posterior, etc.

Consideraciones particulares

Muchas veces sus mecanismos están apoyados en la sociedad, por lo que es probable que el grupo, opine de manera similar, y los puede reforzar, debiendo tener especial consideración para no fomentar resoluciones no saludables. ■ Se suele abordar las disonancias mediante la confrontación (sin intimidar) y la empatía para generar incongruencias y cambio.

- a) Se puede realizar ejercicios de asunción de responsabilidad en las primeras sesiones, pero es más efectivo realizarlo cuando la conciencia sobre la violencia es mayor, ya que a veces pierde fuerza al utilizarlo pronto, por la poca motivación o débil inteligencia emocional.
- b) Como psicoterapeutas debe conseguir que contesten preguntas sin usar mecanismos (contar otras circunstancias, hablar de ella, del pasado, de acciones favorecedoras, etc.).
- c) Deben asumir su responsabilidad (moviliza un cambio) no asumir su culpa (paraliza y se rechaza, por lo que pueden empezar a buscar culpables externos e, incluso, asumir menos responsabilidad).
- d) Observar las variaciones de la responsabilidad en base a creencias momentáneas (ejemplo: "yo ya le dije que se fuera, no sé por qué sigue aquí. Luego se queja". Explica que vio que se estaban haciendo daño en la relación y no podían seguir así. Al no aceptar lo que él imponía, se convierte en justificación para no asumir su responsabilidad).

En momentos se puede evaluar su responsabilidad con porcentajes o datos numéricos, para que ellos se den cuenta que progresivamente aumenta ese porcentaje y refuercen las conductas saludables.

En base al deseo social, en muchas ocasiones guiados por nuestra identidad, nos basamos en opiniones sociales para llevar a cabo nuestras acciones. Por ello, un aspecto que se debe explorar es la importancia de los pensamientos sociales en sus pensamientos y finalmente en su conducta. Ya que al desmontar lo que "esconde" podemos "entrar" directamente en sus creencias irracionales sin las restricciones del sujeto (por ejemplo, con base al test de deseabilidad social de Marlowe - Crowne).

Ejercicios entre sesiones

- a) Con la persona de apoyo ver alguna serie de televisión para analizar un problema considerando las responsabilidades de los personajes.
- b) Si en su familia sabe de alguna persona que ha estado inmerso o conozca una situación de violencia (preferiblemente en la que el hombre ha aceptado su responsabilidad) preguntarle sobre la situación.
- c) Elección de varios mecanismos de defensa y anotar en qué situaciones cotidianas los usa y para qué.

- d) Pensar en situaciones con la (ex)pareja, que han finalizado de manera negativa, en las que no tuvo ninguna responsabilidad y otras en las que piensa que fue el único responsable.
- e) Anotar diferentes discusiones con la (ex)pareja y a partir de ello, realizar dos columnas analizando la situación. Una enumerando las cosas en las que no actuó responsablemente para llegar al objetivo común y otra narrando qué hubiera pasado actuando responsablemente.
- f) Acudir a alguna institución que trabaje con violencia hacia la mujer, para pedir información y su visión de la violencia.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SESIÓN: INTELIGENCIA EMOCIONAL

Objetivo

Que los hombres perciban, valoren y conozcan sus propias emociones, posibilitando la capacidad de controlarlas (autorregulación y transformación).

Es necesario incorporar habilidades para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento, reconocimiento de las emociones ajenas y control emocional en las relaciones. Asimismo, es necesario afrontar demandas, presiones propias o del entorno, mediante el uso del potencial existente en cada persona (auto-motivación) siendo congruentes. También desarrollando herramientas para relacionarse socialmente de manera positiva (los aspectos relevantes, como la toma de decisiones, solventar problemas o designación de límites, depende de nuestra inteligencia emocional).

Conocimiento, identificación, expresión y control de emociones

Se debe identificar y conocer cómo influyen, prestando atención a lo que se siente, (dónde, cómo es, cómo me afecta, cuál es su intensidad, cuándo, porqué y reacciones corporales, cognitivas, conductuales o sociales) logrando la capacidad para regularlas, afrontándolas y sublimarlas (transformarlas para fortalecer el crecimiento personal), controlando su impacto, mejorando la capacidad de acción, prevención de causas y consecuencias. Debe orientarse la comprensión propia, creando una imagen real de nosotros mismos, para comprender, aceptar y respetar a los demás (ejemplo: La tristeza como tal no es necesariamente un estado negativo; por el contrario, puede desempeñar las funciones necesarias para una recomposición emocional).

Es conveniente que las personas que ejercen violencia “vivan” sus emociones, además de unirlas a cambios de conducta, debido a que cognitivamente saben camuflarlas o racionalizándolas (sobrevalorando la razón por ser “objetiva”, evitando la “subjetividad” de la emoción), reaccionando al sentirse amenazados a perder control y “perderse” al necesitarlo. Esto se logra con aprendizaje, práctica y desarrollo, para conseguir discernir entre lo corporal. (Ejemplo: Ira: Cerramos puños, tensamos cuello y hombros, respiramos más fuerte, tomamos más aire, etc.), lo situacional, lo emocional y las cogniciones, así como su relación inequívoca entre ellas, para analizar los aspectos por separado y observar las incoherencias.

Ansiedad

El sentir ansiedad se debe a que pensamos que nos encontramos ante un estímulo peligroso. A veces sólo es una percepción basada en creencias que no se ajusta a la realidad, haciendo de dicho sentimiento una repuesta desadaptativa. Entonces, se

busca una respuesta que alivie la sensación de miedo, incertidumbre y tensión, pero en situaciones, por el nerviosismo, no se es capaz de elegir bien, o incluso los pensamientos relacionados con la ansiedad se mantienen, por lo que no se consigue disminuir. (Ejemplo: Una situación de celos: cuando la pareja habla con otra persona, se le pide que no lo haga para eliminar el estímulo ansioso, pero no así los pensamientos, por lo que puede volver a suceder, manteniendo la hipervigilancia ante situaciones similares). Por ello, es importante reconocer lo que provoca en nuestro cuerpo la ansiedad durante una situación y actuar en consecuencia.

Autoestima equilibrada y “Falsa Autoestima”

Considerando la autoestima como “percepción de cada persona sobre su valor y competencia como ser humano”, es posible defender la relación de la conducta violenta tanto con una baja autoestima (sentimientos de inferioridad, culpabilización de los demás, necesidad de control para mantener su identidad, etc.) como con una autoestima elevada (aunque hay más estudios relacionando baja autoestima con violencia).

Los participantes suelen tener una imagen disgregada de sí mismos que disfrazan de aparente seguridad, basada en una “falsa autoestima” para representar confianza y convencerse de sus posibilidades (dando más importancia a su propia valoración que a la de los demás; Seligman, 1999, aunque estas sean negativas y numerosas, para no trastocar su identidad) o realizar una autovaloración distorsionadamente positiva para generar y saberse con seguridad, buscando la autocomplacencia.

Por ello, es importante generar una autoestima junto con la empatía y en base al daño que se ha realizado y desde una percepción “objetiva” de nuestras características y evitando la culpabilidad ajena, hostilidad, hedonismo propio, hipersensibilidad a la crítica, ver amenazado el estatus o indecisión. Asimismo, se encuentra muy ligada a la comunicación, debido a la forma de transmitir los mensajes y de recibirlos, para conseguir aceptarse a uno mismo (aspectos positivos y a mejorar) dentro de una responsabilidad propia. Por estos motivos, en algunos momentos es necesario realizar algún ejercicio referente a ello para mejorar la dinámica personal dentro del grupo y el ajuste de realidad de sus componentes.

Empatía

Se conoce por empatía a una reacción emocional elicitada y congruente con el estado emocional del otro y que es similar a lo que la persona está sintiendo o podría tener expectativas de sentir (Eisenberg, Zhou y Koller, 2001), aunque hay que añadir que, al mostrarla, la otra persona debe sentirse mejor y conllevar hacia una reflexión personal, ya que sin ello no tendría valor empático. Y con ello, se puede afirmar que, si un sujeto es capaz de empatizar, será menos probable que dañe a otros y será más propenso a ayudarles (McPhedran, 2009), mientras que sus déficits han sido identificados como un importante

antecedente y facilitador de la conducta agresiva (Day, Casey&Gerace, 2010).

Habilidades Relacionadas

Su buen desarrollo genera bienestar, a través de relaciones satisfactorias con los demás y con uno mismo. Dirigido a reponer, instaurar, desarrollar y potenciar habilidades básicas y específicas en el individuo, manejando emociones que perturban y evitando una discriminación defectuosa (alternativas, estereotipos, tipo y tiempo de respuesta, creencias, etc.). Adecuar herramientas y procesos internos (auto concepto, percepción del ambiente, etc.) a la realidad.

Todos los ejercicios deben ser orientados a la relación. Se puede crecer y mejorar como persona, si no evoluciona en la relación con el otro, no es la dirección adecuada.

Como ejemplo se puede observar el modelo Multifactorial de Bar-On (2000). (29)

Ejercicios entre sesiones

- a) Frases cortas de situaciones que han vivido ese día y cómo se han sentido respecto a ellas (se pueden apoyar en la lista de emociones, llevándola consigo durante la semana).
- b) Calcular el número de veces que ha sentido cada emoción.
- c) Comparar con la persona de apoyo si se siente lo mismo que se expresa.
- d) Anotar en las acciones principales del día la respuesta emocional ante ellas.
- e) Analizar en circunstancias pasadas de su vida la evolución de las emociones.
- f) Completar alguna parte de la tabla de emociones del anexo.
- g) Realizar alguna actividad positiva, que pueda o debiera, implicar una emoción intensa y analizarlo. (Ejemplo: ver la película "Intensamente" con sus hijas).



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SESIÓN: DISTORSIONES COGNITIVAS Y CREENCIAS IRRACIONALES

Objetivo

Conseguir la apertura y flexibilidad de los esquemas mentales, a partir de identificar y desmontar pensamientos automáticos, consiguiendo cambios de perspectiva alternativos, para poder afrontar relaciones de manera equitativa.

Procesos cognitivos

Producen pensamientos automáticos, queriendo obtener efectividad y simulación de deliberación, que no responden a la lógica ni a la objetividad, favoreciendo la desigualdad de poder y el ejercicio de violencia. Se utilizan, de manera inconsciente, para fortalecer nuestros esquemas mentales y una identidad congruente con ellos, obstaculizando la consecución de metas debido al papel de mediadores que ejercen en el pensamiento.

Abordar desde la situación activadora y desde la creencia, ya que se encuentran muchas creencias que, en un principio no parecen que puedan derivar en agresión, pero provocan frustración, tensión y/o ansiedad que genera violencia. (Ejemplo: "Quiero ser alguien que no soy"; "no logro cumplir como hombre"; "quiero estar tranquilo y no me dejan").

La forma en que interpretamos la realidad, se hace a partir de esquemas mentales propios, añadiendo pensamientos automáticos, que influyen en nuestro poder de control (conductas y emociones) intentando reforzar dichos esquemas, no "permitiéndonos" ser dueños de nuestra vida. Se debe confrontar para conseguir autocontrol y una visión realista de lo que sucede.

Abstracción selectiva	Sólo ver lo negativo de una situación	"Estuve toda la tarde con mi esposa pero al final discutimos... arruinó el día"
Pensamiento de todo o nada	Se valoran los extremos (bueno/malo), sin punto intermedio	"intento estar bien toda la semana, pero siempre discutimos alguna vez" (sin ver el avance ni todos los días que no sucede)
Sobre-generalización	A partir de un elemento o un sólo ejemplo se obtienen conclusiones generales	"la última vez que fui a cenar con mi pareja se quejó, ya nunca más iremos"
Lectura del pensamiento	"Adivinaciones" de cómo se sienten o piensan los demás dándolo por válido sin tener pruebas	"cuando ayudo a mi pareja ella tiene una actitud que me dice que soy un inútil" (sin preguntar, hablar ni estar seguro de ello).
Visión catastrófica	Esperar que las cosas vayan mal	"para que voy a cambiar sino va a mejorar nada"

Minimizaci3n	Minusvaloraci3n lo que suponen las situaciones	"me lo paso bien con mi mujer, pero tambi3n con mis amigos o en otros sitios"
Personalizaci3n	Cree que es la causa de lo que ocurre	Ella dice "no tengo un buen d3a" "3l interpreta siempre igual, no puedo hacer nada sin que est3s mal, no s3 ni para qu3 lo intento"
Razonamiento emocional	Cree que lo que siente de alguna manera, es real y objetivo	"noto que has sido infiel y que me mientes"
Falacia de justicia	Considerar injusto lo que no coincide con lo que quiere	"no es justo que t3 salgas con tus amigas y yo est3 trabajando todo el d3a"
Falacia de control	Hiper-control: Piensa que todo depende del propio control Hipo-control: Piensa que nada est3 bajo control	"siempre que no estoy yo a cargo no funciona" "mira c3mo has educado a tu hijo"
Culpabilidad	Cuando convierte al otro en responsable de las decisiones	"siempre discutimos por tu culpa, con lo tranquilo que yo estaba"
Tener raz3n	"L3gica varonil", posici3n r3gida, sin escuchar oposiciones	"t3 calla, no entiendes esto"
"Deber3as"	Basarse en reglas r3gidas de c3mo tiene que ser las cosas	"deber3as darme de comer a las 12 en punto sino sabes que llego tarde"
Ilusi3n de cambio	Ilusi3n de cambio propio que se junta con la necesidad de cambio de los dem3s	"yo ya he cambiado, pero mi mujer no, por eso seguimos as3", "seguro que la situaci3n cambia y volvemos a estar bien"
Etiquetar	Usar el verbo "ser" en vez del "estar", unido formas de comunicaci3n no saludables.	"eres insoportable"; "cojuda"
Recompensa divina	Pensar que m3gicamente se solucionan los problemas o tendr3 recompensa por sus actos	"en el futuro vamos a estar bien"
Autoacusaci3n	En fases del programa, cuando no ve funcionalidad a los cambios o no logra realizarlos, se culpa de todo. Intentando evitarlos por el esfuerzo que suponen	"es que no puedo dejar de pensar as3", "lo intento pero sigo con odio y rabia", "no quiero agredirla pero..."

Características particulares

- a) La violencia, en la mayoría de los casos, es reaccionaria a un pensamiento subjetivo que lleva a una conducta, pero las personas deciden cómo actuar.
- b) Facilita poner ejemplos de cosas que parecían hacer unos años como inamovibles pero que han cambiado con el tiempo.
- c) Identificar temas generales a partir de verbalización o acción que se basan en ideas irracionales (idea: "mi hijo ha sacado malas notas, tengo que poner un alto, sino no mejorará"; tema: desvalorización de la mujer, límites puestos por el padre como solución, búsqueda de resultados como definición de la persona y no de causas, etc.).
- d) Resulta conveniente realizar el análisis de pensamiento en situaciones no racionalizadas como, por ejemplo, cuando las emociones son intensas.
- e) Necesario desmotar creencias sobre sí mismo, el entorno y el futuro.
- f) El cambio de pensamiento es el primer paso, si no cambia de actuación será incompleto.
- g) Se puede trabajar en base a supuestos, aunque no haya realizado la acción o probado la solución "si no la pego, no aprenderé".
- h) Debe tomar conciencia de la disfunción de sus creencias, para ello él mismo debe comprobar la no validez de la misma.
- i) Corresponde priorizar las situaciones en que las personas piensen que son más problemáticas, aunque siendo progresivos en la dificultad del manejo de la técnica.
- j) Las creencias distorsionadas y rígidas favorecen la escalada de violencia; su contradicción, en momentos de tensión, hace que aumente la ira y la posibilidad del ejercicio de la misma.
- k) En ocasiones es demasiado ambicioso cambiar sus esquemas mentales, pero no así la flexibilización de los mismos.

Ejercicios entre sesiones

- a) Auto registro: si han asumido la disfuncionalidad de alguna de sus creencias pueden realizar un auto-registro para observar el número de veces que las siguen pensando.
- b) Escoger varios aspectos de las tablas de anexo y analizarlos con la persona de apoyo.
- c) Conversar con una persona de sexo femenino sobre mitos, ideales, sobre la mujer, etc. y comparar dicho diálogo con el que se tendría con un hombre.
- d) Intentar llevar a la práctica lo ejercitado en la sesión y ver su funcionamiento y funcionalidad.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SESIÓN: CONTROL DE LA IRA E IMPULSIVIDAD

Objetivo

Toma de consciencia del estado emocional de ira, para fortalecer, fomentar y manejar herramientas que favorezcan el autocontrol, principalmente en comportamientos violentos.

La ira es una emoción, que no se debe evitar u “ocultar”, y se la usa como medio de adaptación al entorno. Su buen manejo puede llevar al nivel de activación suficiente para efectivizar los recursos a la hora de resolver un conflicto, pero su uso no saludable implica numerosas desventajas (malas relaciones de amistad y/o laborales, desvío de energía, genera pocas alternativas que facilitan una mala resolución de las situaciones, que no se basan en el crecimiento personal, empeora la situación, facilita la agresión, esconde problemas de fondo como inseguridad, vergüenza o insatisfacción, etc.).

Ejercicios control de ira

Pautas:

- a) El empleo de las técnicas debe ajustarse a los participantes, pudiendo ser complementarias, para una mayor profundización de las mismas. Se debe ser conscientes de que una interiorización mayor genera la reducción de la violencia, siempre y cuando el hombre tenga habilidades suficientes para realizarlo. (Ejemplo: A veces lo máximo que se va a conseguir es evitar la conducta, pero se completa el objetivo que es la extinción de la violencia).
- b) En varios ejercicios se puede comenzar con “Práctica concreta e imitación” para manejar destrezas concretas basadas en técnicas de autocontrol, en situaciones expuestas por los participantes, como auto-instrucciones, sentimientos placenteros, comunicación asertiva, etc. Empezando por el facilitador y continuando los participantes, pudiendo imitar algún recurso usado por el facilitador o por los compañeros.
- c) Es necesario hacer una lista de aspectos que causan ira: situaciones, personas, imágenes, lugares, etc. con la ayuda de un diario de cólera (auto-registro de aspectos que producen ira y su intensidad) y la detección de las señales internas de tensión y conocimiento de la escalada de ira (pensamiento-emoción-acción).
- d) Todas las situaciones de ira deben producirse de menor a mayor complejidad e intensidad, llevarlos a lo real después de la práctica en la sesión.

- e) Recurrir a la persona de apoyo dentro del programa sino se es capaz de manejar la situación y/o perder el control.
- f) En muchas de las técnicas se puede incluirla imaginación, como técnica reforzante, de acompañamiento o de inicio antes de la simulación, para representar de manera mental situaciones problemáticas (que con la imaginación produzcan tensión), así como de las posibles soluciones y consecuencias, factores favorecedores, alternativas, etc. Además, la práctica se debe basar en el role *playing* o dramatización como guía para la regulación emocional.
- g) No sólo se debe manejar los aspectos principales que producen ira, sino también los secundarios, que impiden la extinción y “cargan el disparadero”.
- h) Es conveniente la reconstrucción de heridas pasadas, que al analizar la naturaleza de la ira se descubre que está relacionada a situaciones no elaboradas de forma correcta en el pasado y que propician alteraciones (Ejemplo: Infidelidades anteriores, relacionamiento disfuncional en pareja, etc.). Por lo que se debe controlar esa inyección de ira instalada en el sujeto ante situaciones concretas.
- i) El propósito de las sesiones de entrenamiento es el aumento de una serie de funciones conductuales (habilidades sociales) y cognitivas (habilidades cognitivas) que también afectan a la esfera emocional, consideradas básicas para el proceso de integración social. No pretenden efectuar un cambio básico de personalidad (una empresa excesivamente ambiciosa), y tampoco es psicoterapia, a pesar de que el entrenamiento cognitivo ha resultado ser terapéutico puesto que fomenta el ajuste interpersonal y social.
- j) Los ejercicios se pueden ajustar y ser válidos para otras temáticas como empatía, asunción de responsabilidad o distorsiones cognitivas.

Características particulares

El terapeuta debe apoyar, no ser invasivo ya que su papel es temporal.

- a) Cada participante con ayuda del terapeuta debe adecuar las técnicas a sus características personales.
- b) Es importante la repetición de conductas para que se conviertan en hábitos, y frente a situaciones de ira, pueda acceder a las técnicas, a pesar de las condiciones emocionales desfavorables.

- c) El *role playing* debe ensayarse como una simulación real, no como un ideal, ajustar las conductas a posibilidades reales de cada integrante, generando así alternativas diversas, que pudieran servir como ejemplo para otros participantes.
- d) Junto a la persona de apoyo se puede pedir que ejemplifique una situación real, ya que el participante tiende a minimizar su reacción ante situaciones de ira.
- e) Dos aspectos que se deben abordar son: el inicio con conductas concretas hacia una generalización (no se va a poder practicar en todas las circunstancias); qué hacer ante la posibilidad de recaída u observación de desviación de conductas alternativas.
- f) Algunas técnicas son iniciales, para evitarla agresión, pero se deben fortalecer otros aspectos para evolucionar y conseguir manejar técnicas más elaboradas, duraderas y responsables. (Ejemplo: Al principio "parada de pensamiento" para aplicar "cambio de posición"). Tener en cuenta las características del sujeto, ya que para algunos la mejor técnica puede ser el "tiempo fuera", (ver página 152), ya que a pesar de tener que usar la evitación para controlar sus emociones, consigue una buena resolución del conflicto.
- g) Es positivo tener una tarjeta con la técnica que mejor funciona y cómo realizarla para el momento de tensión.
- h) De manera preventiva practicar, la respiración, sentimientos placenteros, auto instrucciones, recurrir a la persona de apoyo, etc. para afrontar mejor la situación de tensión. (Ejemplo: Mi pareja ha hecho algo que me ha sentado mal mientras yo estaba fuera de casa).
- i) Tomar consciencia que los demás pueden pensar de otra manera, manteniendo respeto, sin que tengamos derecho a enfadarnos por ello.

Ejercicios entre sesiones

Principalmente se ensayan las técnicas abordadas en la sesión, pero también se puede pedir ayuda a la persona de apoyo o entorno social para encontrar alternativas, que favorezcan una buena relación interpersonal. Siendo más beneficiosos si esto se produce después que esas personas expongan anteriores ocasiones en el manejo de la ira que haya conllevado, según ellos (quizá, el participante, no opinan lo mismo, no se le dio importancia o no se acuerda), a situaciones desagradables.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SESIÓN: PATERNIDAD E INSTRUMENTALIZACIÓN DE LAS HIJAS/OS

Objetivo

Tomar conciencia que, los/as hijos/as son víctimas del ejercicio de violencia, además de eliminar pautas de maltrato hacia ellos (instrumentalización), anteponiendo sus necesidades a las paternas.

El entorno familiar debe proporcionar estabilidad y seguridad para ser capaces de explorar, practicar, crecer como personas integra, pero cuando se produce violencia, se arrebatada ese soporte. Sufriendo ambivalencia entre lo que cuida y lo que hace daño, sobre todo en los niños/as más pequeños/as, donde es mayor el agravante.

Los problemas que se producen durante la infancia, continúan en la edad adulta, incluso sin ser ellos las víctimas directas o simplemente siendo conscientes de la situación de violencia, sin necesidad de verla y oírla, como: Retraso en el crecimiento, en desarrollo psicomotor o del lenguaje, trastornos somáticos, de alimentación, sueño, ansiedad, depresión, baja autoestima, indefensión, estrés post-traumático, humillación, vergüenza, culpa, ira, absentismo escolar, apatía, agresividad, inmadurez, impulsividad, delincuencias, drogadicción, angustia emocional, irritabilidad excesiva, reproducción de conductas negativas, falta de autonomía o confianza, sentimientos de responsabilidad por los actos violentos, naturalización de la violencia como resolución de conflictos, conductas desafiantes o antisociales, delincuencia, déficit de atención, futuras relaciones interpersonales no saludables, falta de empatía, autocontrol o expresión de emociones, entre otros (se añade una tabla con algunos ejemplos de consecuencias según edades). Además de consecuencias ante problemas indirectos de la violencia hacia la madre, como no cubrir sus necesidades, desatención, abandono, huida del hogar, falta de apego seguro, etc.

2 a 4 años	Problemas de lenguaje Reacciona violentamente Retraído/a	Problemas con otros/as niños/as Tardanza en control de esfínteres	Asustadizo/a Problemas al dormir Inseguridad	Temor Depresión Problemas para comer
5-12 años	Inseguridad, baja autoestima Depresión, retraimiento	Huir del hogar Mojar la cama	Volverse un/a cuidador/a de adultos/as Ser propenso/a a la violencia	Desarrollar problemas para desviar a padre/madre del pleito Avergonzarse de su familia
12-17 años	Problemas en la escuela Problemas sociales	Vergüenza y pena sobre su familia Actividad sexual inadecuada para la edad	Tendencia a involucrarse seriamente en una relación precoz para poder escapar de casa Confusión	Depresión Malas calificaciones en la escuela Problemas de licor y/o drogas

Si los progenitores se encuentran separados, divorciados o en proceso de hacerlo, es necesario exponer y abordar información sobre ello, ya que les sugiere mucho la idea que sus hijos/as se van a "traumar" por "romper" la unidad familiar. Esto implica trabajar mitos ("mi hijo si se queda con ella, no va a ser hombre"; "tiene que estar con ella porque conmigo no puede estar por ser un hombre"; "mira como está el hijo por tu culpa"; "yo a ellos nunca les he pegado así que no deben estar enfadados conmigo"; "están apoyando a su madre porque les miente sobre mí"; "es la relación dolorosa lo que causa problemas y no la separación"; "tengo que aguantar hasta que mis hijos sean mayores"; "ella ya no puede estar con ningún hombre más, su padre soy yo"; etc.), y violencias hacia ellos (control excesivo del dinero para su cuidado, castigos injustificados, sustraerlos del colegio sin derecho a hacerlo, ignorar, a hijos/as de otra relación, impedir que vean a sus abuelos, generar conflictos con su madre "por" ellos, amenazar con quitárselos a su madre, utilizarlos como mensajeros o vigilantes, desvalorizar a la madre en su presencia, etc.).

Características particulares

- a) Enfocar la prioridad en los hijos, no como instrumento para “rehacer” la familia y volver con la ex-pareja.
- b) Si es requerimiento judicial depende de la resolución, para ver a los hijos, en qué lugares y condiciones, etc.
- c) También se puede incluir un apartado para mejorar la relación con la ex-pareja, si influye en el desarrollo personal y el de los hijos/as, sin que interfiera ni desvíe el objetivo de reducir/eliminar la violencia.
- d) La motivación para el cambio es la característica fundamental.
- e) Afianzar el vínculo paterno-filial ya que mejora mucho la posibilidad de cambio y desarrollo personal. Evitando la instrumentalización de hijos/as.
- f) Estilos de paternidad.

Ejercicios entre sesiones

- a) Expresar lo que sienten acerca de lo que están viviendo los/as hijos/as por la violencia de género. ¿Cómo se sienten? ¿Qué puedes hacer tú? ¿Los necesitas o ellos a ti? ¿Qué puedes cambiar? ¿Qué quieres ser para tus hijos? ¿Por qué?, etc.
- b) Cómo me ven. Analizar la imagen como padre (hablando también del pasado) desde mis hijas/os, la persona de apoyo, los estamentos judiciales o el entorno.
- c) Tabla de acciones para mejorar la relación paterno-filial, teniendo el epicentro en la salud mental de hijo/a.
- d) Explique de qué forma viven los/as hijos/as, la instrumentalización y cómo esto los afecta.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



SESIÓN: EMPATÍA

Objetivo

Comprender en qué consiste la empatía y su relevancia en las relaciones humanas. Ponerse en el lugar de otros, permite construir vínculos positivos y saludables

Conceptos clave

El diccionario de la RAE nos señala dos acepciones: para la empatía:

- "Sentimiento de identificación con algo o alguien".
- "Capacidad de identificarse con alguien y compartir sus sentimientos".

Es decir, la empatía puede entenderse como el sentimiento o la capacidad de ponernos en el lugar del otro.

Empatía frente a simpatía

Aunque puedan sonar parecidas, la empatía no consiste en tener simpatía hacia los demás. Alguien puede caernos bien, resultarnos simpáticos, pero eso no quiere decir que le entendamos o sepamos ponernos en su lugar.

Es decir, la simpatía no nos conecta con el sentir emocional de esa persona. Sin embargo, la empatía nos lleva a acompañar en el sentimiento a otras personas.

Empatía frente a compasión

Si bien no puede haber compasión sin cierta empatía, ambos conceptos son distintos.

La compasión supone un acercamiento al dolor de la otra persona que nos empuja a querer ayudarlo. Sin embargo, la empatía supone un acercamiento a la emoción que experimente la otra persona y no necesariamente implica ayudarlo, aunque sí actuar en consecuencia.

Empatía frente a intuición

Pese a algunas creencias populares, una investigación realizada por la American Psychological Association (APA) señala que la empatía requiere de un proceso reflexivo sobre el estado emocional de otros, y no una mera intuición.

Además, como hemos señalado, no basta con intuir, percibir o entender lo que otro siente, la empatía supone también actuar en consecuencia con lo que el otro siente.

Características particulares

¿Por qué es importante tener empatía?

La capacidad de ser empático conlleva una serie de ventajas sociales que no deben descuidarse. Entre ellas:

- Facilita la comunicación y el entendimiento entre personas.
- Mejora el liderazgo, persuasión y motivación hacia los demás.
- Contribuye a la resolución y evitación de conflictos.
- Aumenta la conexión con otras personas.
- Nos ayuda a ser justos y no prejuizar.
- Favorece el desahogo y entendimiento emocional de otros.
- Mejora la autoestima y estimula la curiosidad y el aprendizaje.
- Transmite generosidad.

Si la empatía es una capacidad que todos los seres humanos podemos experimentar, eso quiere decir dos cosas importantes: Por un lado, es algo que adquirimos y con lo que no nacemos, y por otro, es algo que puede entrenarse.

Pese a ser algo que adquirimos por interacción social, todos nosotros tenemos cierto grado de empatía. Al fin y al cabo, nacemos inmaduros y necesitamos de contacto y cuidado de otros para crecer y desarrollarnos.

No obstante, existen ciertos factores que pueden influir en su desarrollo. Por ejemplo, el estilo de crianza recibida o incluso, ciertos problemas neurológicos.

Es por eso que no todos tenemos igual grado de desarrollo de esta capacidad, pues cada persona tiene experiencias propias.

Ejercicios de empatía para adultos

La empatía y su desarrollo en adultos requiere de tres fases básicas: identificar, concretar y profundizar en las emociones.

Ejercicios entre sesiones

- a) Deja de escuchar durante cinco minutos y fíjate en otras cosas. A menudo damos más valor al significado de las palabras que al resto de información que somos capaces de percibir. Tono, postura, expresión, mirada, silencios... Captas toda esa información de forma inconsciente, pero tu raciocinio la oculta al dar más importancia a las palabras textuales. Así pues, haz callar a tu razón y dale una oportunidad a tu intuición.
- b) Para entender a alguien intenta imaginarte qué le motiva a hacer lo que hace. Piensa en alguna dificultad que pueda encontrarse día a día. Si es un comerciante, puede que el negocio le esté flojeando, los ingresos no sean los de antes y le cueste más pagar el alquiler. ¿Reflexionar sobre eso un momento antes de hablar con él puede incrementar tu empatía? Seguramente sí.
- c) Parafrasea y reformula su mensaje añadiendo la emoción que creas que está experimentando. "Así que nadie te ha llamado en dos semanas... Creo que eso te puede hacer sentir solo, ¿es así?". Se sentirá más comprendido y lograrás que pase de hablar de hechos a hablar de emociones. Y esa es la clave de la empatía



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



ACTIVIDAD FINAL

(A la finalización de las sesiones psicoterapéuticas)

COMPROMISO DE CONTINUAR CON EL TRABAJO INDIVIDUAL

Es importante reconocer todo el esfuerzo y trabajo que los HEV han realizado a lo largo de las sesiones psicoterapéuticas del Programa, que no signifique una "graduación" y, para esto, puede realizarse un pequeño acto en el que se entregue algún elemento simbólico elegido por el grupo como un recordatorio del compromiso que han adquirido para cambiar y seguir cambiando y por la eliminación de la violencia en sus relaciones. Debe quedar claro que es la finalización de un proceso, no una "cura". El trabajo personal para evitar la Violencia será permanente. Como todo proceso, deben valorarse las condiciones de cada sujeto y tomar las medidas particulares que cada uno requiera ante la finalización del trabajo grupal.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



BIBLIOGRAFÍA



DEFENSORÍA DEL PUEBLO
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



BIBLIOGRAFÍA

- Bravo, p., Lloret, R., Navarro E. (2009) Boletín Galego de Medicina Legal y Forense Nro 16" Perfil del agresor en la violencia de género"
- Beck, A. (2003). Prisioneros del odio. Las bases de la ira, la hostilidad y la violencia. Barcelona. Paidós (Ed.). Cap. 8
- Corral, P. (2004). Perfil del agresor doméstico. En J. Sanmartín (Ed.). El laberinto de la violencia. Causas, tipos y efectos. Barcelona. Ariel.
- Echeburúa, E., Amor, P.J. y Fernández-Montalvo, J. (2002). Vivir sin violencia. Madrid. Pirámide.
- Entel, R. (2016) Violencia de Género. Buenos Aires. Espacio editorial
- Fariña F., Ramón Arce, G. (2015) Violencia de género, Tratado psicológico y legal. Madrid. Biblioteca Nueva
- Quinteros, A. 2010. Tratamiento psicológico a hombre que ejercen violencia de género: Criterios básico para elaborar un protocolo de intervención. Clínica contemporánea, Vol. 1 N° 2.
- Sarasua, B. y Zubizarreta, I. (2000). Violencia en la pareja. Málaga. Aljibe.



DEFENSORÍA DEL PUEBLO

ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA

DIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN PENITENCIARIO

MINISTERIO DE GOBIERNO



DELEGACIONES DEFENSORIALES DEPARTAMENTALES Y COORDINACIONES REGIONALES

LA PAZ

Calle Capitán Ravelo N° 2329, Edificio
Excelsior, Piso 5.
Teléfonos: (2) 2113588, WhatsApp: 67007644

EL ALTO

Dirección: Av. Juan Pablo II N° 75, (Altura Cruz
Papal), Teléfonos: (2) 2153264 - 2153179 - 2152352
WhatsApp: 72039523

YUNGAS

Dirección: Calle Tocopilla Nro 4-B, Edificio
COSAPAC, Piso 1, Zona Central
Teléfonos: 2 8243934, WhatsApp: 72085410

DESAGUADERO

Dirección: Av. La Paz, Esq. Calle Ballivián S/N, (Ex
local Suipacha), WhatsApp: 71536984

COCHABAMBA

Dirección: Calle 16 de Julio N° 680, (Plazuela
Constitución)
Teléfonos: 44140745 - 4 4140751
WhatsApp: 71726434

CHAPARE

Dirección: Calle Hans Grether N° 10, Villa Tunari
Teléfonos/Fax: (4) 4136334, WhatsApp: 71725479

SANTA CRUZ

Dirección: Calle Andrés Ibañez N° 241, entre 21 de
Mayo y España
Teléfonos: 3 3111695 - 3 338808,
WhatsApp: 72137404

PUERTO SUÁREZ

Dirección: Av. 6 de Agosto N° 29 entre La Paz y
Santa Cruz (media cuadra Plaza 10 de Noviembre)
Teléfonos: 67290016, WhatsApp: 73999959

ORURO

Dirección: Calle Soria Galvarro N° 5212 entre
Tupiza y León (Plaza de La Ranchería)
Teléfonos: (2) 5112471 - 5112927, WhatsApp:
71843822

PISIGA

Calle 13 s/n. Edif. Sub Alcaldía de Pisiga Bolívar,
frente a la Plaza Principal
WhatsApp: 71528393

POTOSÍ

Dirección: Av. Serrudo N° 143 casi esquina Arce,
Edificio Renovación (interior)
Teléfonos: (2) 6228047- 6120805 - 6124744
WhatsApp: 7154985

LLALLAGUA

Dirección: Calle Oruro N° 33 entre Bolívar y
Cochabamba
Teléfonos: (2) 5821538, WhatsApp: 71557895

VILLAZÓN

Zona Central, Calle Potosí, Nro. 405, Esquina
Cotagaita, WhatsApp: 71535573

CHUQUISACA

Dirección: Calle J.J. Pérez N° 602 Esquina
Trinidad, Zona San Roque
Teléfonos: (4) 6916115 - 6918054 - 6913241 -
6410453, WhatsApp: 71162444

MONTEAGUDO

Dirección: Barrio Paraíso, Avenida Costanera, Sin
Número
Teléfonos: (4) 6473352,
WhatsApp: 71280641

TARIJA

Dirección: Calle Ingavi N° 789
Esq. Ramón Rojas, El Molino
Teléfonos: (4) 6116444 - 6112441
WhatsApp: 71567109

YACUÍBA

Dirección: Juan XXII S/N, entre Cornelio Ríos y
Martín Barroso
Teléfonos: Telf.: (4) 682 7166
WhatsApp: 73369448

BERMEJO

Av. René Barrientos Ortuño
esquina Tarija S/N, WhatsApp: 71535365

BENI

Dirección: Calle Félix Pinto Saucedo N° 68, entre
Nicolás Suarez y 18 de Noviembre
Teléfonos: (3) 4652200 - 4652401,
WhatsApp: 71133372

RIBERALTA

Dirección: Av. Placido Méndez Nro. 948 edificio
Hotel Campos, entre Placido Oyola y Cosme
Gutiérrez, Zona Barrio Arroyito
Teléfono: 73993148,
WhatsApp: 73993128

PANDO

Dirección: Calle Cochabamba N° 86, detrás del
templo de Nuestra Señora del Pilar
Teléfonos:(3) 842 3888 - 71112900
WhatsApp: 71112900

Oficina Nacional: Calle Colombia N.º 440, Zona San Pedro - La Paz
Teléfonos: (2) 2113600 - 2112600 Casilla 791
WhatsApp: 72006607

