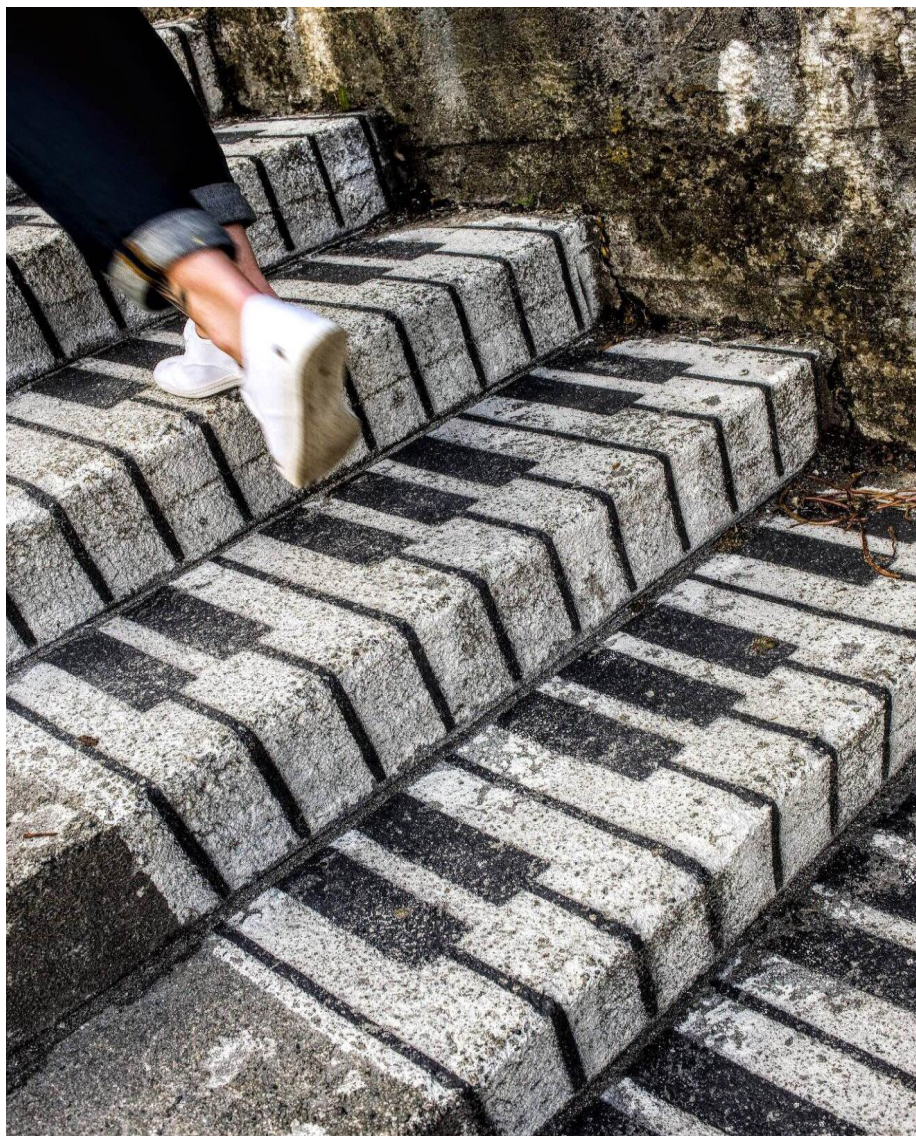


**LEYRE  
PADILLA LÓPEZ**

# MÚSICA: ¿UNA VÍA HACIA LA REINSERCIÓN?

## **Una propuesta socializadora para entornos penitenciarios basada en la música**



eman ta zabal zazu



Universidad  
del País Vasco

Euskal Herriko  
Unibertsitatea

**Trabajo de Fin de Grado de Criminología**

**Dirigido por: César San Juan Guillén**

**Curso: 2015-2016**

**UPV/EHU**



*“La música da alma al universo, alas a la mente, vuelos a la imaginación, consuelo a la tristeza y vida y alegría a todas las cosas”*

*-Platón*

## Agradecimientos

Me gustaría dedicar unas palabras a aquellas personas que han hecho posible este proyecto, ya que sin su ayuda todo este proceso habría resultado mucho más complicado.

En primer lugar, me gustaría agradecerle a mi director del Trabajo de Fin de Grado, el profesor César San Juan, todo el apoyo que me ha proporcionado desde el primer momento. Su absoluta disponibilidad para guiarme ha sido fundamental para intentar obtener la mejor versión de esta monografía, de manera que me gustaría reconocer su labor y agradecer todos los recursos que me ha facilitado.

Asimismo, en segundo lugar, me gustaría agradecer a mi familia la fuerza que me ha aportado durante toda la carrera y más concretamente durante estos últimos meses tras la pérdida de un ser muy querido para mí. A él, a mi tío Jesús, le quiero dedicar este trabajo por haberme dado la oportunidad de compartir con él una de mis más preciadas aficiones: la pasión por la música y sobre todo, por Los Beatles.

Finalmente, y a pesar de que son muchas las personas a las que me gustaría dedicarles unas palabras por las diferentes recomendaciones que me hayan podido dar, ya que no pretendo extenderme demasiado, lo resumiré a una sola, a todos ellos, **gracias.**

## Índice

1	Introducción:.....	1
2	La música como herramienta rehabilitadora.....	3
2.1	¿Qué es la música?.....	3
2.2	La música y el lenguaje.....	4
2.3	La música y su influencia en el comportamiento humano.....	6
2.4	Funcionamiento cerebral.....	8
2.5	La música como terapia.....	11
2.5.1	Crear vs. Ejecutar vs. Escucha activa.....	15
2.6	La musicoterapia como instrumento reinsertador.....	18
2.6.1	Música/musicoterapia → Educación emocional → Reinserción.....	19
2.6.2	Fundamentos del Derecho (CP, CE, etc.): las penas privativas de libertad y sus objetivos.....	22
3	Análisis de la aplicación y evaluación de programas de educación emocional (basados en la música) en centros penitenciarios.....	27
3.1	Criterios de inclusión de los programas analizados.....	27
3.2	Contextualización “The Irene Taylor Trust”.....	29
3.3	Análisis programa 1: Beats & Bars (2008).....	32
3.3.1	Resultados.....	36
3.3.2	Conclusiones.....	41
3.4	Análisis programa 2: DRUMBEAT.....	44
3.4.1	Resultados.....	49
3.4.2	Conclusiones.....	53
3.5	Factores comunes vs. distintivos.....	56
4	Propuesta de un programa de educación musical en un centro penitenciario como medio resocializador.....	60
4.1	Investigaciones/programas previos: qué aspectos resultan los más beneficiosos para la reinserción y resocialización.....	60
4.2	Fundamentos del Derecho (CP, LOGP, RP): requisitos que tiene que cumplir este programa para poder ser tenido en cuenta como actividad en prisión.....	65
4.3	Objetivos y metodología.....	68
4.3.1	Objetivo general.....	68
4.3.2	Objetivos específicos.....	68
4.3.3	Evaluación diagnóstica.....	69

4.3.4	Actividades del programa: Objetivos operativos .....	71
4.3.5	Requisitos & Motivación .....	75
4.3.6	Métodos musicales (improvisación, instrumentos, composición, coros, etc.) .....	77
4.3.7	Proceso de evaluación de la eficacia del programa.....	80
5	Conclusiones y recomendaciones .....	83
6	Bibliografía .....	86
7	Anexos .....	89

## 1 Introducción:

Con la finalidad de poner en práctica las competencias adquiridas a lo largo del Grado de Criminología, se procederá a desarrollar el presente Trabajo de Fin de Grado atendiendo a las bases y normas establecidas por la Universidad Pública del País Vasco (UPV/EHU). En este trabajo titulado “Música: ¿una vía hacia la reinserción?” se va a procurar facilitar una visión más artística y creativa sobre nuevas formas de intervención que puedan favorecer la inclusión social a través del cambio personal.

El objetivo principal de esta monografía reside en conocer la relación entre la música y la transformación de una persona que se encuentra en una situación de riesgo y exclusión social como es el caso de todas aquellas personas que están en prisión. Por ello se ha considerado oportuno proponer la intervención musical como estrategia del enriquecimiento personal y social de los individuos. Para ello conocer las propiedades que puede aportar la música es fundamental, ya que así podremos saber qué ejercicios armónicos o rítmicos pueden fomentar el desarrollo de las habilidades y aptitudes de las personas. Asimismo, se intentarán esclarecer las dudas que pudieran existir respecto a la relación entre la música y el lenguaje como medio de comunicación y de qué manera ésta puede influir en nuestro comportamiento y en la forma en la que tomamos las decisiones.

Tras varias investigaciones, se ha llegado a la conclusión de que la educación musical es un medio socializador muy eficaz a pesar de que no haya sido planteada ni aplicada de la misma forma en todos los centros penitenciarios desde las primeras técnicas propuestas en el sistema penitenciario moderno (mediados del siglo XIX y principios del XX). Varios programas de intervención musical que han podido ser desarrollados con internos, han concluido que la música no solo actúa como una técnica terapéutica, sino que resulta ser un factor clave en su reinserción. Es por ello por lo que el proceso metodológico seleccionado en este trabajo se ha apoyado en la búsqueda de información relativa a los beneficios que pueda aportar la música como terapia, diferenciando tres técnicas distintas para conocer más concretamente de qué manera pueden cada una de ellas influir en la conducta humana. Dado que a la Criminología se le atribuye la capacidad de agente de cambio como una de sus múltiples competencias dentro de su multidisciplinariedad, debería cuestionarse por qué la música puede

suponer un método interesante y a la vez que efectivo (bajo unas condiciones determinadas) como instrumento reinsertador.

Por este motivo, en el presente proyecto hemos intentado contextualizar, en primer lugar, lo denominado como Música, procurando proporcionar una descripción sobre su repercusión en toda la sociedad, pero más concretamente sobre la población reclusa. Para ello se han analizado varias de las categorías en las que la música ha de ser comprendida: desde el funcionamiento cerebral hasta la manera en la que las distintas formas en las que la música puede ejecutarse llega a influir en las emociones y en las competencias de una persona.

A continuación, se han examinado dos programas de intervención musical: Beats & Bars y DRUMBEAT que han sido planteados y desarrollados en prisiones de países como Inglaterra o Australia. El propósito de este ejercicio consiste en conocer la incidencia que, sobre un grupo de internos, ha podido tener la aplicación de una técnica de inteligencia emocional para mejorar y favorecer la regulación emocional de los internos. De esta forma se pretenderá inculcar en ellos una serie de habilidades que podrían serles muy útiles en su vida en prisión, pero más concretamente en su futura inclusión social.

Finalmente, hemos estimado oportuno realizar una propuesta de un programa de intervención musical como técnica beneficiosa para la rehabilitación del interno y su futura integración, teniendo en cuenta todos los aspectos mencionados en los dos apartados anteriores. De esta manera, se han intentado extraer los elementos más destacables y beneficiosos de cada uno de los dos programas, para seguidamente evaluarlas y averiguar cuáles se adaptan mejor a las indicaciones mencionadas en el primer apartado para poder, finalmente, incluirlas en el diseño del programa que se va a presentar.



## 2 La música como herramienta rehabilitadora

### 2.1 ¿Qué es la música?

Desde tiempos inmemoriales el ser humano ha convivido con la música a través de sus múltiples formas de expresión. Existen opiniones de autores como Arthur Schopenhauer que aseguran que la música, a diferencia de las otras artes, no expresa ninguna forma particular de emoción por sí misma, sino que somos nosotros mismos quienes interpretamos los sonidos y les damos un significado (Díaz, 2010, pág. 543).

La música ha sido empleada en todas las culturas como medio de comunicación y de expresión entre las personas. Tiene la capacidad de provocar en nosotros una serie de respuestas emocionales tales como la alegría, la tristeza, el odio o el miedo, entre otros. Éstas llegan a diferenciarse mediante dos variables: según la carga que implican en las personas (positiva o negativa) y la intensidad con la que se presentan (alta o baja) (Soria-Urios, Duque, & García-Moreno, *Música y cerebro: fundamentos neurocientíficos y trastornos musicales*, 2011, págs. 49-50). Cuanto mayor sea la intensidad y la carga positiva de la emoción que nos genere aquello que estemos escuchando, mayor será nuestra conducta de aproximación entre las personas. Charles Darwin afirmó en "*The expression of the emotions in man and animals*" que la comprensión musical podría ser precursora de la capacidad lingüística del ser humano como medio de expresión oral de las emociones (Hallam Susan, Cross, & Thaut, 2009, págs. 4-5). A pesar de que los géneros y estilos musicales varíen de una sociedad a otra, la música parece tener un efecto en las personas que influye de manera especial en la forma en la que se relacionan y en el cómo tienden a actuar en distintas actividades sociales.

Según la Real Academia Española, la música se presenta el resultado de una combinación de melodías, ritmos y armonías; una sucesión de sonidos modulados para recrear el oído. Existen otras concepciones como las del antropólogo Alan Merriam que sugieren que la música puede ser entendida como un fenómeno con tres vertientes: *sonido*, *comportamiento* y *concepto* (Hallam Susan, Cross, & Thaut, 2009, pág. 5). El primero incide en lo que convencionalmente se conoce sobre todo lo relacionado con la armonía y con los sonidos (desde una perspectiva occidental). El segundo hace referencia a todas esas actividades (como la composición o producción de otro tipo) que las personas que ejercen como músicos profesionales (y las que lo hacen por

pasión/entretenimiento) llevan a cabo. Finalmente, el tercer término trata sobre la manera en la que vemos la música en función de su efecto sobre las personas y su relación ante otros aspectos de la vida humana.

En cualquier caso, la música debe considerarse un arte que por sus condiciones resulta universal, ya que no ejerce ningún tipo de discriminación por sí sola. Los ritmos y melodías que forman una obra musical resultan comprensibles para todas las personas, tengan o no conocimientos musicales. Asimismo, las primeras experiencias del ser humano se expresan mediante sonidos y no palabras, llegando a ser una parte importante de nuestro desarrollo. No obstante, la relación entre la música y la comunicación oral no puede ser comprendida exclusivamente mediante esta generalizada definición, porque las pautas que siguen cada una de ellas para su exteriorización no son exactamente iguales, como tampoco es el contexto en el que se utilizan cada una de ellas (Soria-Urios, Duque, & García-Moreno, *Música y cerebro: fundamentos neurocientíficos y trastornos musicales*, 2011, págs. 45-50).

## **2.2 La música y el lenguaje**

La comprensión musical está relacionada con el desarrollo adecuado de las competencias lingüísticas/verbales, puesto que la una al igual que la otra, sigue una estructura sintáctica con pautas fijas que son necesarias para crear una melodía, como también lo son para formar una oración (Cross & Woodruff, 2009, págs. 10-13). Tanto la música como el lenguaje son medios de manifestación, aunque la música ha sido más comprendida como una herramienta para expresar únicamente las emociones. Sin embargo, esta afirmación ha sido cuestionada en las últimas décadas porque se ha visto que la música va más allá de la expresión de los sentimientos. Debido al uso tan extendido al que ha sido llevada, hemos podido observar que la música va mucho más allá de la mera función de entretenimiento; ha sido comprendida (y en algunos casos se sigue comprendiendo) como elemento fundamental en rituales en los que se celebran las transiciones como puede ser de la adolescencia a la edad adulta o la comunicación con los dioses de ese grupo social concreto, por ejemplo.

De tal manera que la música y el lenguaje coexisten en la sociedad. Ambas cumplen una serie de funciones que tienen un significado diferente en cada grupo social y en cada contexto social, pero todas son necesarias. Según Hagen y Bryant (2003) la música ha tenido y tiene efectos sobre los inter-grupos y los intra-grupos. Según estos

autores, la música establece la oportunidad de que los miembros de los grupos se expresen entre ellos, generando así una mayor cohesión, lo cual origina, a su vez, estabilidad en el grupo (Hagen & Bryant, 2003, págs. 4-5).

A medida que aumenta el uso de la música entre los grupos, el comportamiento humano cambia, la actitud cooperativa se ve reforzada y aumenta la sensación de pertenencia a un grupo. Todo ello influye, tanto directa como indirectamente, en la formación de la identidad de las personas y en la manera en la que se consolidan las bases de nuestros grupos (Dunbar, 2004, pág. S.P.). Esto hace que la música pueda llegar a influir positivamente tanto a nivel personal como social, puesto que facilita herramientas de expresión e interacción.

Por lo tanto cabría decir que la música y el lenguaje tienen varios aspectos en común, pero si uno ha de ser destacado, éste debería ser su complementariedad con las capacidades comunicativas de las personas. Una muestra clara de ello es, según autoras como E. Dissanayake (Wallin, Merker, & Brown, 2000, págs. 389-402), la manera en la que una madre se comunica con su bebé y ambos consiguen entenderse sin mediar palabra, interactuando mediante sonidos, balbuceos con diferentes tonos armónicos y melodías. Además, se obtienen beneficios sobre la regulación de las emociones del recién nacido, de esta forma poco a poco comenzará a experimentar las bases para la interiorización de pautas prosódicas (para reconocer poco a poco una frase) u otro tipo de habilidades sociales.

En vista de la estrecha relación que parece existir entre la música y el comportamiento humano, existen preguntas aún sin responder, como cuál fue su origen o en qué momento comenzó a evolucionar de consistir en ruidos con función interactiva a lo que conocemos hoy en día como la música. Una de las hipótesis que se manejan en las últimas décadas es que la música se presentó en las distintas etapas evolutivas del ser humano a lo largo de su existencia, pero que solo el ser humano en su época más moderna fue capaz de integrar las propiedades de la música con las del lenguaje (Hallam Susan, Cross, & Thaut, 2009, págs. 9-11). No obstante, existen algunos asuntos que no han sido profundamente examinados todavía, por lo que no se sabe con absoluta certeza si esa es la respuesta a las hipótesis que se presentan.

Otro aspecto clave a destacar es el trastorno conocido como “amusia”, que es la incapacidad (adquirida o congénita) de procesar la información musical correctamente.

Esta ineptitud es importante ya que, entre sus múltiples formas de expresión, puede llegar a suponer la incapacidad de procesar melodías, inhabilidad para tocar un instrumento, para componer o incluso cantar. Esto, según algunos autores podría afectar a la capacidad lingüística (Soria-Urios, Duque, & García-Moreno, Música y cerebro: fundamentos neurocientíficos y trastornos musicales, 2011).

La mayoría de las investigaciones que se están realizando en los últimos años sobre la música y sus propiedades han corroborado la profunda eficacia que tiene su uso en terapias. Esto se debe a los beneficios que tanto las armonías melódicas como rítmicas pueden llegar a ofrecer en la práctica en el contexto social, por la correlación que existe entre ellas y la interacción social y cognitiva. Pero es necesario destacar que todavía existen aspectos de la música que deben ser analizados, ya que existe muy poca documentación empírica sobre la música no-occidental, como tipos, propiedades, compositores, etc. Asimismo, los programas de rehabilitación para las personas que padecen amusia no están siendo analizados demasiado en profundidad porque no se considera un problema neuronal grave. De todas formas, el comportamiento musical está suscitando tal interés por su variedad y riqueza como factor imprescindible de la inteligencia emocional, que cada vez son más los terapeutas que lo toman en consideración para sus sesiones.

### **2.3 La música y su influencia en el comportamiento humano**

La música, como combinación de melodías y ritmos, se transmite de forma codificada, mediante ondas, y de esta manera llega a nuestro oído. Así, la información que percibimos mediante el sonido de unos acordes, llega a nuestro cerebro, el cual nos hará llegar una determinada sensación o sentimiento concreto, dependiendo del significado con el que hubiéramos relacionado ese estilo de armonía, fortaleciendo así las bases de nuestra emoción e inteligencia emocional (Lacárcel Moreno, 2003, págs. 221-225). Es importante destacar, que una misma melodía puede generar distintas respuestas en las personas por la cultura en la que uno ha vivido o vive, por el contexto social, o por la manera en la que está configurado nuestro cerebro. Y es que la funcionalidad de éste siempre depende de los factores personales del individuo, tanto biológicos como sociales, lo cual hace a esa persona distinta del resto.

Según autores como Merriam, la música desempeña nada más y nada menos que 10 funciones distintas (Merriam, 1964, págs. 219-227):

1. Expresión emocional
2. Disfrute artístico o estético
3. Entretenimiento
4. Comunicación
5. Representación simbólica
6. Respuesta física
7. Muestra de conformidad con las normas sociales
8. Reconocimiento de las instituciones sociales y rituales religiosos
9. Contribución en la continuidad y estabilidad de la cultura
10. Contribución de la integración social

Pero debido a esta multidisciplinariedad y que a medida que han pasado los años han aumentado el número de investigaciones al respecto, han surgido muchas dudas sobre la manera en la que cada punto recién mencionado puede ser interpretado. De hecho, Dissanayake ha considerado que pueden existir otras funciones (sobre todo sociales) de la música que aún no han sido del todo estudiadas. Entre algunas de ellas se presenta la promoción de la cooperación grupal, el control y canalización de la agresividad o la facilitación de la capacidad de relacionarse que tienen las personas (Hallam Susan, Cross, & Thaut, 2009, pág. 37).

La mayoría de discusiones sobre la música y sus propiedades se basan sobre el desconocimiento que existe sobre varios de sus aspectos. No obstante -y debido en gran medida a su diversidad- varios estudios etnomusicológicos han llegado a la conclusión de que la música está adquiriendo en los últimos años un poder hasta ahora ignoto. Resulta suficiente observar la manera en la que las personas empleamos los distintos recursos musicales en nuestras actividades cotidianas y cómo ésta influye cada vez más en la identidad y en la estabilidad emocional de cada uno de nosotros (Lacárcel Moreno, 2003, págs. 221-225). Es por ello por lo que cada vez se investiga más sobre este asunto tanto desde una perspectiva psicológica como social.

¿Pero cuál es la razón por la que la música es una parte (de consideración subjetiva) en tantos acontecimientos de nuestras vidas? Se podría decir que no existe una única explicación que responda a esta pregunta, pero lo que algo en lo que casi todas las personas coinciden es en que la música es una herramienta óptima para la regulación de las emociones de cada uno de nosotros. Además, la música es capaz de

influir en nuestra capacidad de relajación, excitación o a tener una adecuada respiración, por ejemplo, es decir, también influye en las distintas respuestas fisiológicas de cada uno de nosotros.

Pero al mismo tiempo la música tiene la capacidad de expresar cuestiones sin mediar ninguna palabra y que pueden llegar a tener un impacto mayor que de haberlo hecho mediante el lenguaje. Este es el caso del uso que hace el mundo del cine, o de los anuncios de televisión, por ejemplo, que mediante una armonía o unos ritmos pueden hacernos sentir más intrigados, tristes o alegres, e incluso puede llegar a influir en la manera en la que consumimos el producto que anuncian.

Asimismo, la música permite que las personas interactúen entre ellas y se generen relaciones partiendo de los gustos o conocimiento musicales. Por un lado, compartiendo la atracción por unos estilos musicales parecidos (o iguales), las personas llegan a interactuar, reforzar su identidad y pertenencia a un grupo, mediar sobre si un grupo musical es mejor o peor, e incluso aprender pautas de resolución de conflictos cuando los gustos de otros son diferentes a los suyos. Por otro lado, los alumnos que están aprendiendo solfeo, armonía e incluso a tocar un instrumento musical, pueden hacer relaciones con los compañeros que de ser unos desconocidos a principios de curso pueden terminar siendo grandes amigos.

Para que todo esto sea posible existe un órgano esencial sin el cual no podríamos comprender ni sentir nada de lo hasta ahora mencionado: el cerebro.

## **2.4 Funcionamiento cerebral**

Cada una de las partes que han sido tratadas hasta el momento tiene su representación en el cerebro debido a que la música tiene la capacidad de estimular partes cerebrales centrales que se encargan de generar en las personas sentimientos y emociones. En la actualidad, varios estudios afirman que el escuchar música y la composición desarrollan no solo la sensibilidad de las personas sino que también fomentan la creatividad, entre otros.

Tal y como se mencionaba al comienzo del apartado “*La música y su influencia en el comportamiento humano*”, ésta se transforma en ondas para que sea percibido por nuestro oído y así poder transmitirse a nuestro cerebro. Será entonces y no antes, cuando comenzaremos a sentir determinadas emociones.

Cuando escuchamos una canción, cantamos o tocamos un instrumento musical, el cerebro ejecuta interacciones auditivomotoras (las cuales se llevan a cabo en el córtex premotor), que son necesarias para que lleguemos a sentir algún tipo de emoción (Soria-Urios, Duque, & García-Moreno, Música y cerebro: fundamentos neurocientíficos y trastornos musicales, 2011, págs. 47-49). Toda la información que llega a nuestro cerebro nos ayuda a crear una imagen de la realidad que más pueda asemejarse a la misma, de tal manera que en el momento en el que las percepciones no son concordantes con el mundo exterior (como son los casos de las personas que padecen algún tipo de enfermedad mental), comienzan los problemas para adaptarse en la sociedad.

Cabe destacar que de todos los sentidos que tenemos los seres humanos, el oído es el que más desarrollado está y el que más información nos aporta, seguido por el gusto, olfato, tacto y finalmente la vista. ¿Por qué? Pues porque mantiene al cerebro en constante funcionamiento, lo cual dificulta (o retrasa) la aparición de problemas en él, enfermedades tales como el alzhéimer por ejemplo (Lacárcel Moreno, 2003, págs. 215-221). La música ejercita áreas cerebrales que estimulan la actividad sensorial (zona bulbar), las emociones (estructura diencefálica) o la actividad intelectual de las personas (zona cortical).

A pesar de que cuando llevamos a cabo alguna conducta que tenga que ver con la música (ya sea escuchar, componer o cantar) es todo el cerebro el que se moviliza, hay un hemisferio en concreto en el que aumenta la actividad, ese es el Hemisferio Izquierdo. A continuación intentaremos destacar brevemente algunos de los aspectos más relevantes que se ejercitan en cada hemisferio:

<b>HEMISFERIO IZQUIERDO</b>	<b>HERMISFERIO DERECHO</b>
<b>Predominancia de Análisis</b>	Predominancia de Síntesis
<b>Ideas</b>	Percepción del Espacio
<b>Lenguaje</b>	Percepción de las Formas
<b>Matemáticas</b>	Percepción de la Música
<b>Preponderancia Rítmica (base de los aprendizajes instrumentales)</b>	Emisión melódica no verbal (intervalos, intensidad duración, etc.)
<b>Elaboración de secuencias</b>	Discriminación del timbre

<b>Mecanismos de ejecución musical</b>	Función video-espacial
<b>Pronunciación de palabras para el canto</b>	Intuición musical
<b>Representaciones verbales</b>	

Tabla 1. Hemisferios del cerebro y sus múltiples funciones. *Fuente: Josefa Lacárcel Moreno*

No obstante, a pesar de esta clasificación, para la correcta interpretación musical es necesaria la intervención de ambos hemisferios. Ya que cuando cantamos, por ejemplo, mientras que es el Hemisferio izquierdo el que se encarga de la representación verbal y del lenguaje, el Hemisferio derecho se encarga de que la melodía sonante esté entonada y tenga un contenido afectivo-emocional. Han sido varios los estudios que han demostrado que el aprendizaje de un nuevo conocimiento genera cambios importantes en la reorganización cortical (Pascual-Leone, Dang, Cammarota, Hallett, Cohen, & Brasil-Neto, 1995, págs. 1040-1043).

Tras la realización de varias investigaciones, se ha podido observar que las personas que se dedican profesionalmente a la música tienen una mayor simetría entre los dos hemisferios que aquellas personas que no tienen una base sobre conocimientos musicales y no se dedican a ello de forma experta ya que el tamaño del cerebelo de los músicos es mayor que el de los músicos amateurs y mucho mayor que los que no son músicos ( Schlaug, Jäncke, Huang, & Steinmetz, 1995, págs. 699-701). En parte es debido a las horas de ensayo que cada persona ha dedicado a los estudios musicales, pero también surge como consecuencia de la edad en la que se inicia en estos estudios (si es antes o después de los 7 años).

Además, se ha estudiado la diferencia de la corteza cerebral de los cerebros de hombres y mujeres y se ha demostrado que el efecto de la música no es el mismo en los cerebros de los distintos géneros. Según varios autores, esto se debe (especialmente) a dos factores: por un lado que la capacidad de desarrollo del cerebelo femenino alcanza su nivel más óptimo mucho antes que el del hombre. Por otro lado, otra de las razones que se suele plantear es que las mujeres ya de por sí al tener un cerebelo de un tamaño mayor, tienen una mayor probabilidad de que ocurra lo que popularmente es conocido



como “efecto techo” (Soria-Urios, Duque, & García-Moreno, *Musica y cerebro (II): evidencias cerebrales del entrenamiento musical*, 2011, págs. 742-745).

En conclusión podríamos decir que cuanto más conocimiento musical tenga una persona, más desarrolladas se verán varias de sus partes cerebrales las cuales van a influir en la manera en la que el individuo pueda hacerle frente a las adversidades que se le puedan presentar.

## 2.5 La música como terapia

A lo largo de las ideas expuestas, se han destacado varios elementos sobre la música como sus propiedades y la explicación biológica que tiene el efecto de la armonía en nosotros cuando la escuchamos. El hecho de escuchar música, al igual que practicarla (mediante el canto, el baile o la dedicación a aprender a tocar un instrumento musical) pone en marcha, tal y como hemos visto, varias funciones cerebrales. Como resultado de dichas actividades, algunas capacidades como la atención, la comunicación o la emoción se ven muy reforzadas. Es por ello por lo que la musicoterapia puede resultar una muy positiva y eficaz herramienta rehabilitadora.

La World Federation of Music Therapy define la musicoterapia como “*el uso de la música y/o de sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía, armonía) por un musicoterapeuta, con un paciente o grupo, en el proceso diseñado para facilitar y promover la comunicación, el aprendizaje, la movilización, la expresión, la organización u otros objetivos terapéuticos relevantes, con el fin de lograr cambios y satisfacer necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas. La musicoterapia busca descubrir potenciales y restituir funciones del individuo para que éste alcance una mejor organización intra e interpersonal y, consecuentemente, una mejor calidad de vida a través de la prevención y rehabilitación en un tratamiento*”.

Según Koelsch (2009), son tres los dominios principales que variarán desde la puesta en marcha de la musicoterapia:

1. **Emoción:** cuando existe una armonía de notas que nos hace disfrutar de cada segundo de la obra que estamos escuchando o ejecutando y ésta llega a emocionarnos, el flujo de nuestra sangre aumenta en el área próxima a la ínsula, a la corteza orbitofrontal, a la corteza prefrontal ventromedial y al estriado

ventral. Esto influye en que descienda la cantidad de sangre que fluye por la amígdala y el hipocampo. Todas estas áreas cerebrales intervienen directamente en el sistema nervioso vegetativo y hacen que podamos experimentar una sensación placentera cuando escuchamos piezas musicales agradables.

2. **Acción-percepción:** partiendo de la base de que la música influye tanto en zonas auditivas como motoras, la musicoterapia serviría de gran ayuda para hacer comprender determinadas acciones y poner en práctica medidas de prevención.
3. **Cognición social:** para algunos autores conocer la fuente de inspiración de un compositor en el momento de crear una obra concreta, podría influir en la manera en la que nosotros la percibimos. No obstante, la única conclusión fehaciente a la que se ha podido llegar destaca que son necesarias más investigaciones al respecto.

Asimismo, en una investigación llevada a cabo por Bruscia (Eschen, 2002, págs. 17-33) se determinó que los terapeutas que utilizaban música en sus sesiones conseguían estimular sensaciones y emociones del pasado y del presente de sus pacientes de manera inconsciente. Según la Terapia Musical Analítica (siglas en inglés AMT), la improvisación entre terapeuta y paciente (tanto vocal como instrumental) genera la oportunidad de que este último pueda expresar sus sentimientos, miedos y pensamientos. Es por ello por lo que esta técnica suele plantearse en centros psiquiátricos o algún centro clínico con tipos de demencia mental u otro tipo de enfermedades que afecten a la salud.

A día de hoy existen, de manera global, dos tipos de tratamientos: los tratamientos farmacológicos y los no farmacológicos. La puesta en práctica de la musicoterapia, poco a poco y a medida que se van conociendo sus propiedades, está aumentando como tratamiento no farmacológico, sobre todo como tratamiento frente a distintas demencias (Soria-Urios, Duque, & García-Moreno, Musica y cerebro (II): evidencias cerebrales del entrenamiento musical, 2011, pág. 740). No obstante, algunos críticos destacan la necesidad de puntualización sobre este tipo de técnicas y su efectividad puesto que no solo existe poca evidencia empírica sobre los efectos del

psicoanálisis de la musicoterapia, sino que además está sujeta a una naturaleza subjetiva (puesto que parte de la interpretación del terapeuta). Del mismo modo existen otros casos en los que se practica la musicoterapia como método de tratamiento para personas que sufren estrés, ansiedad o depresión, por ejemplo, problemas que impiden que la persona pueda sentirse autorrealizado, disminuyendo así su capacidad para identificar sus necesidades o faltas. Por todo ello se considera que es necesario investigar más detenidamente sobre este aspecto y analizar cuáles son los beneficios que puede aportar este tipo de terapia.

En este apartado hemos mencionado algunos de los distintos beneficios que aporta la música y su empleo terapéutico con personas que se encuentran expuestos a algún tipo de anomalía que influya en su forma de socialización (entre otros problemas). En un estudio realizado recientemente en Italia, se determinó que la música influye muy positivamente en la estimulación de comunicación y expresión de jóvenes adultos diagnosticados con autismo severo (Boso, Emanuele, Minazzi, Abbamonte, & Politi, 2007, págs. 709-712). En este estudio, al igual que en otros que tratan este mismo tema, se han obtenido unos resultados muy buenos, ya que mediante esta práctica se ponen en marcha mecanismos de imitación y de comunicación.

De tal manera que, en definitiva cabría destacar que aunque se necesitan más estudios científicos que evidencien la eficacia de la musicoterapia, en la práctica, la música ha sido considerada como un método de rehabilitación muy efectivo puesto que influye en nuestra conducta, en nuestras capacidades comunicativas e incluso perceptivas.

Hasta el momento hemos definido la música por su habilidad para facilitar la interacción e integración social, como también por su utilidad como medio de expresión emocional. Y es que al ser una construcción social que carece de forma material, depende de nosotros mismos la manera en la que creamos el lenguaje emocional que utilizaremos para expresar nuestras emociones: mediante el canto, la danza, o a través de la ejecución de una partitura a manos de un instrumento musical. En cualquier caso, la música tiene tantas funciones en las que puede actuar (tanto a nivel individual como grupal) que consigue influir en nuestros sentimientos.

No obstante, con las nuevas tecnologías las cosas han cambiado, y es que ahora se puede acceder a toda (o la mayoría de) la música que uno desee sin apenas tener que

esperar algunos segundos. Se han multiplicado las funciones que podía tener en un pasado: ahora sirve de distracción, pero también como generador de energía, para trabajar, como método de concentración, desconexión durante los viajes, etc. Cada vez son más comunes los casos en los que las personas escuchan música en su vida diaria mientras hacen actividades cotidianas, influyendo en la globalización de la misma y su comercialización.

Pero ¿a qué se debe la presencia tan continua de la música en nuestras vidas? Desde el momento en el que escuchamos una canción, el instante en el que nos decantamos más por un estilo musical que por otro o nos aficionamos a unas bandas concretas, etc. comienza a construirse nuestra propia identidad. Esto conlleva a que, entre otras cosas, terminemos por juntarnos (en su mayoría) con personas que tienen gustos musicales parecidos a los nuestros, lo cual también afecta en la manera en la que nos comportamos, nuestra forma de pensar e incluso en la de actuar (Hallam Susan, Cross, & Thaut, 2009, págs. 462-469).

Por esa razón resulta muy importante tener en cuenta las construcciones sociales que se generan por todo el mundo y la manera en la que éstas influyen en la evolución y mantenimiento de la identidad de una persona. Esto es, varias investigaciones han llegado a la conclusión de que las etiquetas y los estereotipos que se establecen por la diferencia de género pueden influir (e influyen) en el desarrollo de la identidad de una persona en lo que a sus gustos musicales se refiere, en el instrumento musical que se elige aprender, si se quiere entrar en un coro a cantar, etc. (Welch, 2006). Esto también podría explicar el por qué en la música clásica occidental apenas hay conocimiento sobre compositoras femeninas.

El pertenecer a un grupo en el que se pueda obtener un feedback positivo, favorece el proceso de mejora y aumento de la confianza en uno mismo además de facilitar las relaciones sociales. Conocer las habilidades que tiene cada individuo, profundizar y mejorar las mismas reforzará la identidad musical, pero sobre todo, contribuirá en la evolución de su proceso psicológico. La música influye en nuestro estilo de vida, y en la manera en la que decidimos enfrentarnos a los problemas que se nos puedan presentar, de manera que, ¿por qué no podría ayudar a las personas que se encuentran en prisión y necesitan medidas efectivas para su reinserción en la sociedad?

### 2.5.1 Crear vs. Ejecutar vs. Escucha activa

La inteligencia musical es, según Gardner, una de las teorías de las inteligencias múltiples que se define como la capacidad para percibir, aislar, transformar y expresarse a través de las diferentes formas musicales, tales como la composición, la escucha o la ejecución de un instrumento, entre otros.

La habilidad de crear una melodía, con unos ritmos determinados y tonos armónicos supone una gran herramienta para la expresión de los sentimientos y emociones, aunque ocurre lo mismo al tocar un instrumento o cantar una canción. ¿Pero acaso todas las prácticas relacionadas con la música tienen el mismo efecto sobre las personas y sus habilidades? Es decir, ¿existe -de manera más concreta- alguna práctica que pudiera influir más positivamente en las personas en el conocimiento e integración de competencias personales y sociales?

Por un lado, la composición musical, por ejemplo, puede ser comprendida como método de creación musical pero también como ejercicio práctico que parte de la escucha e interpretación de armonías (Hernández Bravo, Hernández Bravo, & Milán Arellano, 2010). A través de esta técnica se ejercita al máximo la capacidad creativa de la persona para resolver problemas y proponer soluciones de múltiples formas de lo más imaginativas. Expresar una idea musical no precisa de un tiempo determinado por lo cual aquel que intenta componer puede tomarse el tiempo que estime necesario y pedir consejo si quisiera. Cierto es que al consistir en un proceso creativo-intelectual, la composición resulta “menos compleja” si se tienen unos conocimientos previos sobre la técnica y la elaboración, sin embargo, esto no es suficiente, ya que existen algunos aspectos muy necesarios tales como la sensibilidad, el espíritu crítico y la curiosidad por crear y aprender que el individuo debe tener si desea componer.

En ningún caso la composición debe ser considerada como una actividad exclusiva de profesionales de la música o de quienes tengan conocimientos sobre el tema, de hecho, debe practicarse por todo aquel que sienta pasión por la música y quiera expresar sus emociones mediante una obra. Para ello, por ejemplo, actualmente existen softwares específicos para componer que ayudan a personas que no tienen conocimientos técnicos sobre la composición musical (Alberdi, y otros, 2010, págs. 73-89).

Mediante la composición se fomenta la expresión individual (o grupal dependiendo del caso), la autocrítica sobre las propias creaciones y sobre uno mismo, y al mismo tiempo aumenta la cohesión grupal y la expresión de los sentimientos y de las emociones, entre otros (Hernández Bravo, Hernández Bravo, & Milán Arellano, 2010). La composición debe ser comprendida como un medio de expresión mediante el cual podemos reflexionar sobre nuestra propia identidad y nuestro potencial.

Por otro lado, la experiencia de tocar un instrumento musical provee una intensa sensación multisensorial que integra procesamiento motores auditivos, visuales y táctil entre otros (Jones, Fay, & Popper, 2010). Para ello es muy importante motivar al alumno o a esa persona que esté practicando con un instrumento musical y proporcionarle un método de trabajo centrado en la técnica básica de los procesos físicos y mentales involucrados en la ejecución del instrumento.

Este tipo de experiencias formativas proporcionan habilidades de interacción de los estudiantes con el ambiente, autocrítica, aprendizaje constructivo-reflexivo, aprendizaje motivacional, etc. Todos estos, junto a otros, al ponerlos en práctica en las actividades de la vida cotidiana se manifiestan como herramientas óptimas para establecer diálogos y experimentar vivencias colectivas, aprendiendo los unos de los otros y prestando ayuda cuando se necesite (Matos, 2006). Es decir, al estimular la capacidad reflexiva durante el aprendizaje de un instrumento musical, las habilidades que se interiorizan son muy eficaces para la búsqueda de soluciones a problemas. Cabe destacar que si bien al principio el control y manejo del instrumento debe ser supervisado por un profesor, a medida que pasa el tiempo, los alumnos comenzarán (en función de las horas de ensayo que inviertan) a controlar la técnica y podrán ser autosuficientes a la hora de interpretar una partitura. Esto le proporcionará una sensación de crecimiento personal que influirá directamente en su capacidad de analizar el presente y evaluar pasos para actuar en el futuro.

Asimismo se pone en práctica una racionalidad reflexiva aprendida mediante la reflexión del porqué y para qué de los ejercicios que se realizan y ésta permite al alumno aprender sobre las acciones físicas y mentales que lleva a cabo durante el aprendizaje de nuevos métodos. Pero en cualquier caso, deberán ser tenidas en cuenta las peculiaridades de cada caso concreto y entender sus características y necesidades

personales, así como sus gustos, ya que no todos sienten la misma atracción por un tipo de instrumento concreto como la cuerda, el viento o la percusión.

Finalmente cabría definir las propiedades que reúne la escucha de música sobre las personas. Como se ha mencionado anteriormente, el sonido musical produce unos estímulos cerebrales como consecuencia de unas ondas que son captadas por el oído y a pesar de que un comienzo temprano en el estudio musical influye en la manera en la que la persona puede comprender o imaginar la estructura y técnica, todas las personas -exceptuando aquellas que padecen algún tipo de patología que repercute en su capacidad de percepción o interpretación- somos músicos (Jones, Fay, & Popper, 2010, págs. 89-120). Actualmente escuchar música está muy presente en nuestras vidas, incluso más de lo que podríamos imaginar: durante nuestros viajes cotidianos al trabajo mientras conducimos, cuando utilizamos transporte público, cuando queremos motivarnos para hacer ejercicio o amenizar las tareas del hogar, por ejemplo. Asimismo, también nos ayuda en aspectos como pueden ser la concentración para estudiar, leer, incluso pensar o inspirarnos, como también la forma en la que consigue relajarnos o ayudarnos a gestionar nuestro estado de ánimo, entre otros (Hallam Susan, Cross, & Thaut, 2009, págs. 431- 438).

Algunas investigaciones que se han llevado a cabo recientemente han demostrado que la experiencia auditiva resulta aún más beneficiosa para la persona si aquello que escucha es en directo y no una grabación. Esta conclusión la han obtenido a través de las múltiples experiencias que afectan a la naturaleza humana, tales como, las reacciones físicas, la percepción, los sentimientos y emociones y otros aspectos que pueden tener su trascendencia tanto a nivel personal como social (Gabrielsson & Lindström Wik, 2003). ¿Pero a qué se debe esta diferencia?

Según algunos autores, no se puede comparar el escuchar a un grupo de música mediante un reproductor de CD o acudir a un concierto rodeado de cientos de personas, que disfrutan tanto como uno mismo o incluso más, cantando las canciones (en caso de que no se trate de conciertos orquestales claro), disfrutando en grupo, como colectivo. Y es que la atmósfera que se crea en esa circunstancia genera una sensación tan intensa que no puede ser comprendida escuchando una grabación (Bogucki & Fox, 2005). El acudir a un concierto proporciona una mayor sensación de comunidad y de pertenencia, a la vez que seguridad y fortalecimiento de la identidad.

No obstante son muchas las preguntas que se han hecho a este respecto, por lo que se consideran necesarias más investigaciones que puedan aclarar las dudas sobre las diferencias entre escuchar música durante las actividades de nuestra vida diaria o escuchar obras interpretadas en directo y en momentos concretos.

## 2.6 La musicoterapia como instrumento reinsertador

La educación musical, como se ha podido observar hasta el momento, proporciona a la persona una serie de herramientas muy importantes y beneficiosas como la comunicación, la expresión emocional o la representación simbólica de los miedos o preocupaciones que se puedan tener, entre otros. Pero sobre todo influye en la interacción entre las personas y sobre su integración en grupos sociales. Por esa razón deberíamos preguntarnos por qué la terapia musical, la cual se ha considerado como medio óptimo para la socialización, no está siendo aplicada en los distintos centros penitenciarios.

Existen algunos centros en los que sí que se ha puesto en marcha algún programa de este tipo -algunos de los cuales serán analizados posteriormente- pero éstos distan mucho de ser el modelo a seguir del resto de las prisiones del mundo. Y todo esto a pesar de los buenos resultados que todos ellos -*Good Vibrations, Drumbeat, The Irene Taylor Trust, Time Well Spent, Beats & Bars*, etc.- obtienen a lo largo de su ejecución, demostrando su eficacia tanto a nivel psicológico-terapéutico como resocializador. Los talleres artesanales o la pintura, por ejemplo, han contribuido a lo largo de los años en la expresión de las emociones o frustraciones de las personas, pero a día de hoy esto no es suficiente ya que se ha comprobado que la música llega a unos niveles muy difíciles de alcanzar mediante otras artes.

No obstante, ese no es el único problema que se presenta. Cuando existe la posibilidad de poner en marcha un programa de estas características en una institución penitenciaria, apenas se encuentra comunicación entre la población reclusa ni entre éstos y los funcionarios (Pastor Comin & Rodríguez Yagüe, 2013). Y es por ello, entre otros aspectos, por lo que es importante intervenir con un programa de educación musical para que la expresión emocional, la liberación de sentimientos pueda ayudarles a todos ellos tanto en su convivencia en prisión como en su vida en libertad.



Partiendo de la baja alfabetización de la mayoría de los internos, el ejercicio de una práctica artística como el de la música no tiene por qué suponerles frustrante puesto que no se requiere necesariamente tener conocimientos musicales. Esto influirá en la autoestima del individuo, al igual que en el desarrollo de su identidad, la cual se verá aún más fortalecida por la integración en un grupo y promoción de interacción y comunicación entre los miembros del mismo.

Cabe destacar, además, que los efectos de los programas no se limitan única y exclusivamente a las personas que toman parte en él, sino que contribuyen en una filosofía más social dentro del centro, puesto que los cambios que se dan en el grupo que acude al programa, influyen directamente en la forma en la que se comportan fuera del mismo. De tal manera que una vez se compone el grupo, los moderadores del programa explican cuáles son los objetivos que van a intentar conseguir, se destaca la importancia de la colaboración y cooperación de todos durante las sesiones, e incluso se les anima a intervenir para plantear modificaciones que sean consideradas oportunas, por ejemplo. Y esto genera tanto directa como indirectamente cambios en el ambiente de aquellas instituciones en las que se aplican.

### **2.6.1 Música/musicoterapia → Educación emocional → Reinserción**

Las múltiples dimensiones que abarca la música (la tonalidad, el ritmo, la armonía, el volumen, etc.) pueden afectar en nuestra respuesta emocional. A pesar de que ésta no se limita a emociones tales como la alegría o la tristeza, sino que puede provocar miedo, intriga e incluso enfado (Jones, Fay, & Popper, 2010, págs. 129-164), resulta complicado expresar mediante palabras qué es lo que se siente cuando escuchamos una melodía o unos ritmos determinados. Las obras veloces, por ejemplo, acompañados de tonalidades agudas evocan, generalmente, emociones más agradables que aquellas melodías que al ser tonalidades menores o lentas, terminan generando en las personas sensaciones más tristes.

Por esa razón existen distintos métodos que intentan medir las consecuencias emocionales que la música provoca en las personas:

1. Preguntar a los oyentes que clasifiquen el grado en el que sienten una emoción concreta (tal como la felicidad, la tristeza, etc.)

2. Presentar una lista con una serie de emociones, de las cuales deberán seleccionar alguna o algunas que consideren estén presentes durante la escucha
3. Pedir a los participantes que valoren las piezas (musicales) desde las distintas dimensiones como el Arousal por ejemplo
4. Medir la respuesta emocional segundo a segundo para ver los cambios (éste es un método menos común pero que obtiene unos resultados muy buenos)

Cada una de estas técnicas proporciona una determinada información, que muchos han criticado o puesto en duda por su carácter subjetivo, ya que todas las personas no sentimos lo mismo cuando escuchamos una misma canción o representación musical de cualquier otro tipo. Es por ello por lo que se considera que lo más oportuno sería la combinación de distintos métodos (incluyendo entrevistas de tipo cualitativo, cuestionarios, etc.). Aunque no todas las personas vivamos un acontecimiento musical de la misma forma, todos tenemos una serie de respuestas tanto emocionales como fisiológicas (como aceleración del pulso, piel de gallina, lágrimas, etc.) ante cualquiera de las maneras en las que la música llega a expresarse (Lacárcel Moreno, 2003).

Conocer nuestras emociones y saber expresarlas son algunos de los factores que la música nos facilita, porque son respuestas cortas que debido a su intensidad le dan importancia a aquello que estamos viviendo. Como se ha mencionado con anterioridad, Gardner destacaba una teoría basada en las inteligencias múltiples entre las cuales mencionaba la inteligencia intrapersonal - que se centraba en trabajar sobre la identidad de cada uno e intentar comprenderse a uno mismo- y la interpersonal - la necesidad de comprender y comunicarse con los demás- como dos de las inteligencias más fundamentales del ser humano (Escudé & Collell, 2003). Se consideran fundamentales porque sin ellas no seríamos capaces construir nuestra inteligencia emocional, es decir, tendríamos problemas con la capacidad de percibir y entender nuestras emociones y las de los demás.

También es conocida como “educación emocional” porque en algunos casos (como vendría a ser el nuestro) se hace especial hincapié en el bienestar personal y social partiendo del conocimiento que se pueda adquirir sobre los sentimientos de cada uno. Una serie de competencias que son enseñadas en distintos apartados, tales como:

- **El self awareness o conciencia emocional:** la habilidad que podamos tener como personas para identificar un sentimiento en el momento en el que se nos presenta (tanto los propios, como los de los demás). Suele estar representado mediante respuestas fisiológicas, emociones e incluso recuerdos.
- **Regulación personal de las emociones:** una vez seamos conscientes de haber identificado un sentimiento, éste debe ser controlado (no reprimido). Cuando una persona se emociona, ya sea de forma positiva como negativa, no puede dejar que este estado de ánimo influya en sus actos cotidianos, puesto que no es un estado natural por sí mismo, y en un momento u otro terminará.
- **La motivación:** la capacidad de intentar lograr unos objetivos condicionados por las competencias de cada uno, sus rasgos personales (tales como la autoestima, la resistencia ante la frustración o el fracaso, etc.) y estímulos exteriores.
- **La empatía:** la capacidad de poder comprender el estado emocional en la que se encuentra otra persona y actuar en consecuencia, la cual está basada en dos figuras: la afectiva y la cognitiva. Está muy relacionado con las habilidades socioemocionales pero también con la autonomía emocional, es decir, es importante ser sensibles ante los problemas de los demás, pero no debemos dejar que nos afecten de forma excesiva.

Estas cuatro habilidades son la base de una formación emocional de cada uno de nosotros que afectan directamente tanto al bienestar individual como a las relaciones interpersonales. Por ello sería interesante que mediante la música pudieran ser fortalecidas y fomentadas como métodos rehabilitadores en prisión para todas aquellas personas que se encuentran privadas de su libertad por un tiempo y que tienen el derecho a no ser excluidos en su vuelta a la sociedad.

De hecho, el aprendizaje que se puede obtener en prisión (ya sea musical como de cualquier otro tipo) ha sido estudiado por varios profesionales y han llegado a la conclusión de que además de obtener nuevas facultades, todas estas prácticas cumplen una labor importante sobre los cambios en las identidades de las personas (Sfard & Prusak, 2005). En una investigación llevada a cabo en Estados Unidos, se comprobó que existe una participación más activa y comprometida por parte de los internos hacia las actividades relacionadas con las artes en las cuales se interiorizaban más ideas que mediante otro tipo de tareas (Hurry, Brazier, & Wilson, 2009, págs. 261-280).

Todo esto tendría como consecuencia que tanto las relaciones entre los internos, como entre ellos y los funcionarios e incluso con sus familiares se vieran inmensamente favorecidas (Pastor Comin & Rodríguez Yagüe, 2013). Porque las intervenciones de este tipo juegan un papel importante en la mejora de la autoestima, de la confianza en uno mismo, en el desarrollo de la comunicación y otras facultades sociales, como también en la posibilidad del sentido de pertenencia a un grupo (McNeill, Anderson, Colvin, Ovey, Sparks, & Tett, Inspiring Desistance? Arts projects and ‘what works?’, 2011).

Se considera que este tipo de intervenciones podrían tener un efecto muy positivo y rehabilitador en todas esas personas que se encuentran privadas de su libertad y que en esa situación podrían verse muy beneficiados. Por un lado para obtener alfabetización y facultades laborales, pero por otro, lo cual es considerado como más fundamental, para favorecer la inteligencia emocional de los internos que pudiera evolucionar a través de este tipo de prácticas. El conocimiento sobre uno mismo habilita la posibilidad de construir nuestra propia identidad y además facilita la capacidad de integrar valores y fomentar el desarrollo social a través de los compañeros. Debido a nuestra naturaleza social, integramos costumbres e ideas conociendo nuevas culturas e interaccionando con otras personas. Es por ello por lo que se entiende que la música podría tener ese efecto capaz de responder a estos dos requisitos.

### **2.6.2 Fundamentos del Derecho (CP, CE, etc.): las penas privativas de libertad y sus objetivos**

La Constitución Española, que entró en vigor en 1978, en su artículo 25.2 define que *“Las penas privativas de libertad y las medidas de seguridad estarán orientadas hacia la reeducación y reinserción social y no podrán consistir en trabajos forzados. [...] En todo caso, tendrá derecho a un trabajo remunerado y a los beneficios correspondientes de la Seguridad Social, así como al acceso a la cultura y al desarrollo integral de su personalidad cultural y al desarrollo integral de su personalidad”*.

Asimismo, en la Ley Orgánica de 1/1979 de 26 de septiembre -que se publicó en España tras la entrada en vigor de la Constitución - se especifican las bases sobre las cuales se construye el Sistema Penitenciario de España. En ella se concretan los derechos, garantías y deberes que deberían tener todas aquellas personas que estuvieran cumpliendo una pena en un centro penitenciario en este país. Mediante éstas se

intentaría que el interno interiorizara aptitudes para la conciencia social y así procurar una vida sin delitos. Para ello, según el artículo 62.1 a) de la Ley Orgánica General Penitenciaria, en el Título III, el tratamiento partirá de un estudio realizado al “*sujeto a tratar*” basado en su temperamento, carácter, competencias y actitudes, como también de los aspectos evolutivos de su personalidad.

A lo largo de los artículos definidos en el Título III, es decir, los referidos al tratamiento (artículo 59 y siguientes), se destacan distintos aspectos que tienen como objetivo principal la consecución de la reeducación y la reinserción social de los penados. De hecho existe la posibilidad de organizar programas basados en comunidades terapéuticas (artículo 66.1 LOGP) para aquellos internos que así lo requirieran, por lo cual cabría la posibilidad de proponer la musicoterapia como medida rehabilitadora.

En cualquier caso, sea cual fuere el trabajo o actividad que los internos realizaran, éstas estarían dirigidas a la formación profesional, formación académica, producción laboral u ocupacional e incluso prestaciones de carácter personal en servicios auxiliares, entre otros (artículo 27 LOGP). Todo ello para fomentar en la medida de lo posible, tal y como menciona el artículo 173.3 del capítulo IV del Reglamento Penitenciario, que el interno no pierda el contacto con el entorno social.

Cuando las personas están en una situación de encierro en la que están obligados a convivir con un número de personas que varía en muy limitadas ocasiones y donde además las actividades que se les proponen son muy escasas y siempre las mismas, todas las habilidades sociales, educativas e incluso vitales pueden verse reducidas considerablemente. Esto dificulta el objetivo principal de toda institución penitenciaria: reeducar y resocializar al interno. Es por ello por lo que consideramos que una intervención directa y multidisciplinar como la musicoterapia podría ayudar al individuo en su recuperación.

La alternancia de este tipo de programas con otros podría obtener, en conjunto, beneficios realmente importantes para el interno ya que se intentaría conseguir que entre todos ellos se les diera una respuesta a sus carencias e intereses (tanto individuales como grupales). Lamentablemente, en la actualidad las actividades más concurridas en las prisiones no son aquellas de índole artística, sino que son las que facilitan una formación laboral. Las artes no son contempladas como variables funcionales por la

mayoría de centros como tampoco por gran parte de los internos por el hecho de que presuponen que no les proporcionan herramientas que les pudiera facilitar el acceso laboral en el momento en el que queden en libertad (McNeill, Anderson, Colvin, Ovey, Sparks, & Tett, *Inspiring Desistance? Arts projects and 'what works?'*, 2011).

De acuerdo con el Reglamento Penitenciario, uno de los principales objetivos del tratamiento estaría dirigido a la formación de los encarcelados, de tal manera que se fomentara en ellos la voluntad para llevar una vida correcta y exenta de actividades tipificadas como delitos (tanto graves como leves). Para ello es necesario analizar sus personalidades y el ambiente en el que han estado rodeados gran parte de sus vidas, así se les podría proponer un método que pudiera ayudarles en su reeducación y en su reinserción. La capacidad que tiene la música para evocar distintos sentimientos y emociones en las personas podría tener unos efectos realmente positivos en la integración y socialización de los internos tanto en el ámbito penitenciario como fuera de él.

Desde el año 1979 han sido varias las publicaciones en el Informe General de Instituciones Penitenciarias sobre todas las actividades que se han desarrollado en todas las instituciones penitenciarias españolas en las cuales se han relacionado la cultura y la educación de todas esas personas que se encuentran privadas de su libertad. Finalmente se ha analizado la evolución que han tenido éstos como personas desde que ingresaron hasta el momento después del tratamiento. En el primer Informe General quedan establecidos los primeros cambios referidos a la cultura en los centros penitenciarios y al inicio de un nuevo modelo de educación básica, entre otros.

A lo largo de una década se han presentado más de 10 publicaciones en el Informe General en los cuales se han tratado temas tales como inicios de cursos de pintura, manualidades, fotografía, conferencias, exposiciones u otro tipo de actividades culturales y recreativas que tenían como objetivo beneficiar a los internos de las prisiones bienes culturales que estarían disponibles en la sociedad libre. Es muy importante que las instituciones faciliten la oportunidad a los internos para adquirir las habilidades éticas y sociales que son propias del arte.

En la publicación de 1986 se subrayaba el convenio de colaboración entre los Ministerios de Justicia y los de Cultura, y además se destaca la mejora de las relaciones interpersonales entre los internos, de la autoestima y el autoconocimiento como una de

las contribuciones más importantes de la dinamización cultural. Además, apuestan por la mejora de las habilidades sociales y crecimiento cultural de los internos por las posibilidades socioculturales que oferta. Incluso se señala la posibilidad de la ruptura del aislamiento de la prisión.

En cualquier caso, la colaboración externa es necesaria para que este tipo de actividades puedan llevarse a cabo dentro de los establecimientos penitenciarios (además de la asistencia de educadores, profesores, equipo de observación y tratamiento, etc.). De esta forma se pretendería, según tal y como queda reflejado en la publicación del Informe General de 1990 (Villamarín Fernández, 2004, pág. 10), trabajar en tres dimensiones centrales en la reinserción social del hombre:

1. Interiorización y mejora de aptitudes profesionales
2. Progreso en las habilidades de participación en la vida social y cultural
3. Formación personal para el desarrollo individual y emocional para ser autosuficientes

Nuestro proyecto persigue un fin concreto y no pretende limitarse a la ocupación de los encarcelados. El tratamiento intentará responder a las carencias que podría haber dentro del centro dotando a los internos de los instrumentos necesarios para ello (tanto culturales como académicos). Al mismo tiempo se procurará que el programa resulte atractivo y entretenido, con la capacidad de desarrollar actitudes sociales positivas, evitando estereotipos y subculturas carcelarias. Por ello, teniendo en cuenta las distintas propiedades que han demostrado tener las diferentes formas de expresión musical, se ha considerado que la más óptima es la de tocar un instrumento musical, aunque se aconseja poder complementarla con actividades de escucha e improvisación y composición para obtener los mejores resultados posibles. La razón por la que se ha considerado que la ejecución de un instrumento musical es la más adecuada se debe a dos razones principales: en primer lugar porque la composición de una obra musical puede resultar complicada y frustrante para aquellos internos que tomaran la decisión de tomar parte en el programa, pero que no han obtenido conocimientos previos sobre la técnica y la ejecución, por ejemplo.

En segundo lugar, escuchar música no se ha definido como el método más apropiado por las dificultades que pudieran surgir por las diferencias entre acudir a un concierto y escuchar una grabación, además de que el determinar un tipo musical en

concreto puede no resultar motivador para aquellas personas que disfruten con otro tipo de estilo musical. Por ello sería recomendable poder ofrecer conciertos o actuaciones en directo en prisión, aunque pudiera resultar complicado.

Finalmente se ha terminado por elegir el tocar un instrumento musical como la mejor técnica porque da la oportunidad de crear un grupo musical entre los internos, motivándolos para su participación y evolución tanto individual como grupal. Esto favorecería la sensación de autosuficiencia que puede suponer aprender a ejecutar un instrumento, llevar un ritmo u otro tipo de habilidades. Y podría incrementar la autoestima por haber conseguido llevar a cabo una actuación musical delante de un público.



### **3 Análisis de la aplicación y evaluación de programas de educación emocional (basados en la música) en centros penitenciarios**

#### **3.1 Criterios de inclusión de los programas analizados**

El propósito que persiguieron los programas seleccionados fue el de evaluar la incidencia que tenía la práctica musical sobre un grupo de internos de distintos centros penitenciarios y analizar su influencia en las capacidades y habilidades sociales de los mismos. Para ello presentaron estrategias de regulación emocional y comunicativas, entre otras, que les pudieran ser útiles tanto en el centro penitenciario como en su futura inclusión social. Además, estos programas intentaron hacer especial hincapié en distintos modelos de tratamiento que pudieran mejorar el sentido de bienestar mental de todas estas personas.

Ahondar sobre la regulación de las emociones, el aprendizaje sobre uno mismo y el enriquecimiento personal, fueron algunos de los propósitos que persiguieron estos dos programas. Y es que estas habilidades influyen sobre la manera en la que las personas actúan en su día a día, pero también son imprescindibles una serie de habilidades sociales, como la capacidad comunicativa, el sentimiento de pertenencia a un grupo, la formación de relaciones e incluso amistades, lo cual directamente influirá en el comportamiento de los individuos.

Teniendo en cuenta que actualmente la población de hombres en prisión es considerablemente mayor que la población de mujeres (aunque esta cifra haya aumentado en los últimos años), se ha considerado importante analizar programas que puedan colaborar en su reeducación y reinserción social. Ambos estudios son programas basados en datos empíricos que incluyen, entre otros, entrevistas y análisis de datos recogidos a lo largo de la puesta en práctica de esta técnica.

Por un lado, se ha escogido Beats & Bars “Music in Prisons: an evaluation” por suponer un estudio llevado a cabo por el Instituto de Criminología de la Universidad de Cambridge en ocho prisiones masculinas distintas por todo Inglaterra entre 2007 y 2008. Una de las conclusiones a las que se llegó con este estudio fue que este tipo de proyectos en los que se hizo uso de la música como terapia en prisiones, aumentó la sensación de seguridad y estabilidad de los internos, entre otros.

Por otro lado, se ha elegido el programa DRUMBEAT, cuyas siglas hacen referencia en inglés a “*Discovering Relationships Using Music -Beliefs, Emotions, Attitudes, and Thoughts-*”, es decir, “Descubriendo Relaciones Utilizando la Música - Creencias, Emociones, Actitudes y Pensamientos-” por ser un proyecto que se puso en práctica en prisiones (tanto de hombres como de mujeres) del Oeste de Australia y que obtuvo muy buenos resultados para el informe realizado en 2014.

Ambas intervenciones incorporaron terapias dirigidas a aquellas personas que se encontraban en prisión y que padecían algún tipo de carencia a nivel personal y que se veían aún más acentuadas por la privación de libertad y por la separación de su familia o amigos que eran quienes prestaban el apoyo necesario. Poder establecer lazos de unión entre la música (como una disciplina artística) y las relaciones interpersonales (como disciplina social) ofreció la posibilidad de poder actuar en contextos de vulnerabilidad, riesgo o exclusión social. Esto es, se consideró que la música podría ser una herramienta muy útil para la integración social puesto que estaba profundamente relacionado -como hemos podido ver en el apartado anterior- con el crecimiento individual de cada uno de nosotros.

El arte buscó la implicación en el contexto social, una mejora a nivel social, es decir, un cambio no solo a nivel íntimo o comunitario, sino que intentaba potenciar capacidades para la resolución de conflictos. Esto no solo influiría en el crecimiento y desarrollo humano, sino que aumentaría la expresión personal y la capacidad de socialización, entre otros. Por todo ello las actividades artísticas potenciaban (y potencian) la capacidad rehabilitadora de la gran mayoría de los programas dentro de prisión (Johnson, 2008), y es que no solo era efectivo dentro de las relaciones que se daban en la cárcel, sino que además contribuía en la participación en la sociedad.

Precisamente, por los numerosos beneficios que presentaba la música, se consideró que aquellos programas que basaban sus intervenciones en la misma podrían resultar muy interesantes para llevarlas a cabo en estos ámbitos. Se propuso la musicoterapia como tratamiento que estimulaba al interno a interactuar con otros, a escucharse y ser escuchado y además a conocerse a uno mismo. Todo ello dado al carácter particularmente flexible que presentaba la música y a la multitud de experiencias que implicaba su participación (motivando así la implicación en las sesiones).

Finalmente cabe destacar que Doña Pilar Lago en una de sus publicaciones (concretamente “*Presente y futuro de una experiencia con musicoterapia en un centro penitenciario*”) en la revista Prodiemus, determinó que -tras cuatro años de seguimiento en un centro penitenciario donde se aplicaba la musicoterapia como medio de cambio del comportamiento de los internos- gracias a la música se obtuvieron grandes beneficios en los internos. Se fomentaban no solo la colaboración y la participación entre ellos, sino que además se potenció la comunicación entre ellos, sus actitudes cambiaron y hubo un aumento generalizado de la autoestima y ganas de luchar por su futuro.

Por ello, hemos considerado importante a la vez que interesante analizar estos dos estudios (los cuales han obtenido muy buenos resultados tras su puesta en práctica) que puedan arrojar luz sobre la creación de un nuevo programa que pudiera ser tenido en cuenta para futuras intervenciones en Instituciones Penitenciarias españolas.

### **3.2 Contextualización “The Irene Taylor Trust”**

El programa “Irene Taylor Trust” fue creado en 1995 en memoria de Irene Taylor, fideicomisaria del “Butler Trust” y esposa del último Lord Principal de Justicia. Taylor tuvo siempre un gran interés por las propiedades que mostraban tener las distintas artes, en especial la música (Lee, Mulvey, Tily, Jones, & Bowyer, 2016). A medida que investigaba sobre los beneficios de este arte, observó que podría tener varios efectos terapéuticos y rehabilitadores sobre personas que se encontraban en situación privativa de libertad.

Tal era su pasión e interés por este tema que trabajó arduamente al respecto, investigando e innovando para el departamento educativo, lo que más adelante permitió a Sara Lee (coordinadora del uso de música en prisión) ser galardonada con distintos premios e invitada a comenzar con el proyecto que sería conocido como “The Irene Taylor Trust”. El objetivo principal de este programa se centraría en hacer uso de la música como técnica rehabilitadora, educativa y terapéutica tanto en procesos de justicia criminal como en otros de precariedad social.

Para ello, la iniciativa presentó distintos proyectos musicales (junto con una serie de medidas) en diferentes grupos de internos con el objetivo de proporcionar experiencias positivas para su proceso de rehabilitación, educación y otras competencias transferibles a la vida cotidiana y a los problemas que se les pudieran presentar. De esta manera, desde el momento en el que este programa se puso en marcha (hace más de 13 años) se han llevado a cabo más de 135 proyectos en más de 50 prisiones y centros de menores, donde han participado más de 1800 personas (hombres, mujeres y menores) (Lee, Mulvey, Tily, Jones, & Bowyer, 2016). Y mediante observación directa e indirecta se lograron obtener resultados realmente positivos sobre los efectos beneficiosos de la música que afectaban en su autoestima y en el aumento de confianza.

En cada uno de los proyectos que se presentaron subrayaron la importancia de crear música de una forma grupal/colectiva, ya que entendían que de esta manera se generaba un efecto positivo en las personas (fomentando las aspiraciones para el futuro, entre otros) y la manera en la que éstas se relacionaban. La música, según los miembros del equipo de profesionales que dirigían este programa, tenía la capacidad de romper las barreras y ayudar a las personas a conocerse a sí mismas y hacerse valer. Mediante los proyectos pretendieron ayudar a las personas a hacer un cambio en sus vidas de una manera positiva.

Así pues, el programa Irene Taylor Trust estuvo comprometido a presentar una serie de informes evaluativos sobre los programas de investigación que se llevaron a cabo mediante proyectos musicales en las prisiones. Se completó un informe en 2005 donde se presentó que el cien por cien de los participantes sentía haber adquirido nuevas competencias y se encontraban animados para asistir a nuevas sesiones artísticas tanto musicales como de otro tipo.

Todos estos individuos con los que se trabajó provenían de ambientes precarios y desfavorecidos, habían sido estigmatizados durante años por la misma sociedad que los terminó excluyendo por razones de comportamientos violentos, drogas o algún tipo de problema mental, por ejemplo. Es por ello por lo que se pretendió prestarles los medios necesarios para que pudieran salir adelante, aprendiendo de las experiencias vividas para poder hacerle frente a las mismas en ocasiones futuras que pudieran darse.

Una de las fórmulas que obtuvo muy buenos resultados fue “Music in Prisons” lo que en español sería “Música en Prisión”, la cual estaba basada en sesiones intensivas de creación musical creativa. Mediante esta práctica se pretendía apoyar a los grupos de internos que raramente tenían la posibilidad de tomar parte en actividades artísticas. Para ello, se les dio la posibilidad de crear su propio grupo musical y/o aprender a tocar un instrumento de tal manera que pudieran crear su estilo musical. Además, cabía la posibilidad de grabar al grupo, entregando, después, la grabación tanto a los participantes como a sus familiares, lo cual generaba una sensación de logro y orgullo inmediato.

En cualquier caso, existía la posibilidad de cambiar la duración o el estilo de las sesiones, ya que los internos estaban en su derecho de aportar sus impresiones y opiniones sobre la forma en la que se llevaba a cabo cualquiera que fuere la actividad. Se primaba el bienestar de las personas y por eso se intentaba motivarlos para que participaran y siguieran trabajando en las sesiones y no decidieran abandonarlo. Cada caso requería una serie de necesidades concretas y por ello se procuró que el grupo en el que se encontraba le mostrara las herramientas con las que podía aprender, pero en el caso en el que eso no fuera suficiente, se podían adaptar las sesiones de una manera que resultara favorable.

Los estilos de música, por ejemplo, estaban estrechamente relacionados con la personalidad de los individuos, por eso era tan importante que los asistentes a dichas sesiones tuvieran la posibilidad de poder expresarse mediante el estilo que ellos hubieran conocido en su contexto social. Pero además, resultaba aún más enriquecedor que tuvieran la oportunidad de experimentar nuevos géneros musicales y aunque pudiera suponer un arduo trabajo el intentar conseguir instrumentos musicales o profesionales que pudieran ayudar con las sesiones o con las grabaciones de las interpretaciones, es algo que con constancia y perseverancia se pudo conseguir (Tett, Anderson, Mcneill, Overy, & Sparks, 2012).

Mediante “Music in Prisons” se pretendía incidir en valores como la empatía, el respeto mutuo, solidaridad, compañerismo, etc. y por eso mismo resultaba muy desafiante. La vida en prisión debería prestar más oportunidades a los internos, tanto a nivel personal, académico, como profesional: la música era la que tenía la posibilidad de

influir en las aspiraciones de los hombres, mujeres y jóvenes, contribuyendo en su formación y reduciendo los riesgos de reincidencia.

Para ello, resultaba imprescindible que hubiera una complicidad continua entre las prisiones y la sociedad, ya que el desarrollo de este tipo de programas residía en la intercomunicación y cooperación de ambas partes. *Music in Prisons* dejó de ser una idea sobre papel para convertirse en algo factible que tendría como objetivo inspirar a los hombres a confiar en sí mismos y en sus capacidades para enfrentarse a sus problemas de una manera distinta a la que hacían hasta entonces. Éste fue el objetivo principal de unos de los proyectos que presentó *Music in Prisons: Beats & Bars*.

### **3.3 Análisis programa 1: Beats & Bars (2008)**

Beats & Bars fue un proyecto codirigido por Alexandra Cox y Loraine Gelsthorpe mediante el cual se pretendió evaluar el impacto del mismo en la capacidad de los internos de ocho prisiones británicas diferentes (Cox & Gelsthorpe, 2008). Particularmente quisieron analizar qué tipo de habilidades y conocimientos habían adquirido a través de este proyecto con el que se habían comprometido y el cual había influido positivamente en su comportamiento y en bienestar general del ambiente en prisión.

Para poder llevar a cabo este análisis se examinaron todos los documentos que se redactaban a lo largo de las sesiones, el contenido de las entrevistas, los cuestionarios y los comentarios que realizaban cada uno de los asistentes, entre otros. Los investigadores del Instituto de Criminología de la Universidad de Cambridge -que eran los que encabezaron el proyecto de principio a fin- procuraron hacer una profunda evaluación de los resultados de la musicoterapia, para confirmar o desmentir el poder de la música sobre el comportamiento humano.

Este proyecto en concreto comprendió el uso de las artes como una herramienta que habilitaba al hombre de una serie de capacidades sociales que eran más que requeridas para el momento de su puesta en libertad. Tras haber analizado otros proyectos llevados a cabo en otras prisiones (la mayoría estadounidenses), los investigadores tomaron la decisión de que se centrarían en diseñar un plan centrado exclusivamente en la utilización de medios musicales como método de educación

emocional y cultural, que pudieran influir en la autoestima y a su vez, en la manera en la que se relacionaban con la sociedad y así poder contribuir en la disminución de la reincidencia (Williams, 2003).

Las distintas formas artísticas permitían al interno obtener una satisfacción inmediata porque suponía implicarse en actividades creativas que generaban una sensación de logro por cada paso que se daba. Aprender a tocar un instrumento, interpretar una obra teatral o pintar un cuadro, podían suponer un triunfo para muchos, el cual no habrían obtenido si no se les hubiere presentado la oportunidad. Hughes llegó a afirmar que los proyectos basados en el uso de las artes conducían a la mejora del comportamiento, incluso cuando no existían demasiados medios con los que trabajar (Hughes, Miles, & McLewin, 2005). Este tipo de programas tenían la capacidad de cultivar el interés de participación en las actividades y de fomentar las buenas relaciones entre los internos, lo cual hacía que este tipo de programas resultaran más exitosos.

Hughes no fue la única autora en manifestar que este tipo de programas enriquecían los regímenes de prisión yendo más allá de la educación básica ordinaria ya que además, podía llegar a proporcionar a los internos efectos muy beneficiosos tanto de tipo personal (autoestima, seguridad, confianza en uno mismo) como terapéutica.

Por esa razón, se consideró que este estudio en concreto ofrecía una perspectiva distinta e innovadora que podía obtener un impacto muy positivo en los individuos. A pesar de algunas limitaciones que pudieron plantearse, la intervención musical fue considerada como un eficiente medio socializador que al ponerse en práctica dentro del sistema penitenciario, permitía al interno desarrollarse para una óptima resocialización. Distintos modelos de intervención (como los conductuales, los psicodinámicos o cognitivo-conductuales) intentaron unir la dimensión personal con la función social que tenían diferentes programas orientados a la reinserción del interno.

Beats & Bars se aplicó en ocho prisiones masculinas de toda Inglaterra y este programa de cinco días de duración, se distribuyó mediante distintos proyectos musicales desde Octubre de 2007 a Julio de 2008 en algunas de las prisiones de “Her Majesty's Prison” como:

- HMP Wayland (Octubre 2007)
- HMP Edmunds Hill (Octubre 2007)

- HMP Wandsworth (Noviembre 2007)
- HMP Brixton (Diciembre 2007)
- HMP Whatton (Enero 2008)
- HMP Manchester (Enero 2008)
- HMP Littlehey (Abril 2008)
- HMP Edmunds Hill (Junio 2008)

Los métodos (tanto de carácter cualitativos como cuantitativos) empleados en cada una de las prisiones incluían cuestionarios no solo a los internos sino también a los trabajadores de las Instituciones, además de realizar análisis minuciosos de grabaciones realizadas en prisión. Se llevaron a cabo varias medidas de seguimiento (las cuales habían sido aprobadas previamente) para estudiar si se daban cambios en el comportamiento del modo de vida en prisión de los participantes de estos proyectos.

Beats and Bars se basaba en la observación directa del participante a lo largo de las sesiones musicales durante cinco días. No obstante, éstos se podían prolongar hasta dieciséis días entre la observación de los distintos proyectos y la participación en los mismos. Por esa razón, y para evitar problemas, se aconsejaba tanto a los directores del proyecto como al resto de componentes del grupo de profesionales que lo ponían en práctica, que complementarían un diario donde dejarían reflejadas la situación en la que se encontraban y los posibles problemas que les podían surgir.

La práctica de estos proyectos consistía en dos sesiones diarias, que podían llegar a durar unas tres horas aproximadamente, dependiendo del comportamiento de los asistentes y de su involucración. Éstas exigían tanto esfuerzo físico como intelectual y mientras que tocar un instrumento musical les suponía conocimiento al mismo tiempo que entretenimiento, escribir una canción podía llegar incluso a frustrarles. Sin embargo, esta última actividad resultaba mucho menos dura si se llevaba a cabo en grupo.

Todos estos proyectos al ser optativos corrían el riesgo de que contaran con participantes pertenecientes a grupos rivales, así que en esos casos, los responsables de las sesiones intentaban que los miembros de los grupos intentaran expresarse mediante la música (y desde el respeto) sobre lo que sentían, de tal manera que se evitaran conflictos entre ellos. Al sugerir que se expresaran libremente, en muchos de los casos



llegaron a tratar sobre problemas más genéricos, como la vida en prisión o las limitaciones que se les presentaban, lo cual, hacía que aumentara la comunicación entre los allí presentes y después hacia los trabajadores y responsables de las instituciones penitenciarias (Cox & Gelsthorpe, 2008).

Una vez hubieron terminado las sesiones y teniendo en cuenta que no se crearon grupos control para analizar las diferencias con el resto, se evaluó y se midió el impacto del proyecto mediante varias técnicas. Una de ellas, por ejemplo, trataba sobre repartir una serie de cuestionarios a los funcionarios que trabajaban en las cárceles en las que se aplicó este programa y que pudieron haber observado a los participantes del mismo.

Del mismo modo, se les entregaba otro cuestionario distinto a los participantes, tres días antes de comenzar con el proyecto que se fuera a llevar a cabo en ese centro penitenciario concreto. Además, se les proporcionaba otro cuestionario que tendrían que completar inmediatamente después de acabar el programa y un último tres meses después de haberlo finalizado. Todo ello para estudiar el impacto que este programa hubiera podido tener sobre el bienestar de los participantes, en su comportamiento dentro de prisión y en su motivación para participar en otras actividades educativas. Este análisis se diferenciaba en un examen cualitativo basado en las observaciones y en un examen cuantitativo basado en los cuestionarios.

En primer lugar, lo que se intentaba conseguir por examen físicamente directo era analizar el impacto del proyecto en el bienestar general del participante. Asimismo, una vez hubiera finalizado el programa se creaba un grupo de debate en el cual se les pedía a los que habían asistido al programa que manifestaran de una manera más extensa las impresiones y comentarios que tuvieran respecto al mismo. En segundo lugar, todas esas encuestas lo que pretendían era abarcar varios aspectos personales de los asistentes: su motivación, su autoestima, el bienestar y por último, el nivel de satisfacción con el proyecto en el cual hubieran podido participar.

Finalmente los ítems relacionados con el bienestar y la autoestima serían analizados mediante la Escala Rosenberg, mientras que el resto serían examinados por distintos miembros de la Universidad de Cambridge del Centro de Investigación de Prisiones del Instituto de Criminología.

### 3.3.1 Resultados

Del total de los hombres que participaron en la primera sesión en las ocho prisiones distintas, es decir, de los 71 internos, todos asistieron a todos los talleres. Gracias a esa colaboración y compromiso se obtuvieron resultados verdaderamente positivos en el impacto que demostró tener este programa sobre el bienestar de los participantes. Además, cabe destacar que las presentes conclusiones no solo afectaron a la capacidad del participante a desistir de la vida delictiva, sino que también influyó en su propia motivación para participar en las actividades propuestas en prisión para el enriquecimiento educacional y de habilidades.

El método impartido por Music in Prisons tenía su propio método de clasificación de los resultados:

- Impacto en el bienestar
- Impacto en las relaciones
- Impacto en la formación

A lo largo de las intervenciones que se llevaron a cabo en las ocho prisiones distintas de Inglaterra, se obtuvo como resultado un importante impacto sobre estas tres competencias. La música fue considerada como una forma creativa de expresión que estuvo, ha estado y está estrechamente vinculada a la historia, a la cultura y sobre todo a la identidad del hombre. Ésta le permitió al hombre expresar sus sentimientos al resto de compañeros y al mismo tiempo, le aportó la capacidad de escuchar e intentar empatizar con él (Cross & Woodruff, 2009). Lo cual, teniendo en cuenta que uno de los principales problemas de las instituciones penitenciarias residía en la falta de herramientas eficaces para la comunicación entre los internos por un lado y entre los internos con el personal de las prisiones por otro, constituía un progreso.

Cabe destacar que tres meses después de haber finalizado el proyecto, en el grupo de debate que se creó con los internos para comentar los aspectos sobre la manera en la que éste les había influido en sus vidas, se concluyó que la música había mejorado sus estados de ánimo considerablemente, que había deshecho las barreras que existían entre los ellos y que había ayudado a que todos volvieran a sentirse seres humanos de nuevo. Se subrayó la importancia de la música como medio para la creación y al mismo tiempo como un proceso de expresión cultural y de identidad social, con el estilo de

cada uno y de un determinado género musical. Se les brindaba la oportunidad de hablar sobre la experiencia de vivir encarcelados, privados de su libertad y de otros derechos a través de la expresión musical, como podía ser la composición del contenido lírico de una canción, entre muchas otras actividades (Cox & Gelsthorpe, 2008).

La expresión mediante la música facilitaba a las personas poder hablar sobre asuntos que de otra forma podían resultar más complicados de tratar. Algunos de los temas más comunes sobre los que solían basar esas canciones solían ser las batallas personales que cada uno lidiaba o había tenido que lidiar hasta ese momento, o incluso sobre el delito que había cometido por el cual se encontraba cumpliendo una pena. Pero además de estos temas, también existían otras composiciones que intentaban expresar lo que sentían respecto a sus familias llegando a componer canciones para los miembros de las suyas.

Las canciones, al igual que la práctica de talleres artesanales, los tatuajes, la pintura o las cartas, fueron un componente fundamental en la relación de los internos con el medio penitenciario y con el exterior. Eran unas formas de expresión que además de poder desarrollar las habilidades motrices, promovió el desarrollo sensitivo y del mismo modo, el cognitivo. La evolución de comportamientos como el de la agresividad o control de impulsos, entre otros, eran varias de las conductas más comunes en prisión, por esa razón era importante estudiar la posibilidad de aplicar un proyecto de educación artística orientada al conflicto. Esto es, se pretendió colaborar en la reconstrucción de la personalidad de los individuos que pudieran tener relación con las actitudes positivas hacia la vida, hacia los problemas y hacia la vida en sociedad (Villamarín Fernández, 2004, págs. 19-31).

Una de las razones por las que ocurrían un gran número de conflictos en la cárcel se resumía a la necesidad de convivir entre personas de diferentes culturas dentro de un espacio determinado, lo cual supuso una adaptación obligada a diferentes hábitos y necesidades. El choque cultural que trascendieron desde el lenguaje, hasta la falta de entendimiento entre las distintas costumbres, junto con otros factores, pudieron afectar en la relación empática entre los grupos, llegando incluso a deshumanizarlos por no coincidir con las convicciones de uno mismo. Finalmente, fue así como poco a poco comenzaron las reacciones destructivas o de odio hacia el diferente (por razones de raza, ideología, religión, etc.).

A lo largo de las distintas sesiones de Beats & Bars, se observaron que a través de los procesos musicales las personas (con diferencias culturales, étnicas y religiosas) se reunían de forma muy animada e incluso inédita para trabajar conjuntamente. Lo cual, supuso un paso progresivo muy importante especialmente entre aquellos que con anterioridad habían presentado diferencias y actitudes irrespetuosas hacia los de otras razas. En los grupos de debate llegaron a un acuerdo unánime sobre una cosa: los programas musicales deberían tener más presencia en las actividades en prisión (Cox & Gelsthorpe, 2008, págs. 14-38). Tal fue así, que el 97.1% de los participantes del programa indicaron que les gustaría tener más programas basados en las artes, tanto música, como pintura o arte dramático.

Según los resultados recogidos por las encuestas, el 77.1 % de los participantes (n=37/48) cuando se les preguntó sobre el efecto positivo que había conseguido el programa sobre ellos, contestaron con la nota máxima que se podía dar, es decir, consideraron que la música había influido muy favorablemente en sus vidas. Por esta razón, los directores del programa decidieron clasificar los resultados por secciones, para poder ahondar lo máximo posible en cada uno de ellos.

### *3.3.1.1 Autonomía*

A pesar de que el estudio llevado a cabo tras la puesta en práctica las sesiones no especificaba los números exactos de los asistentes, sostuvo que un determinado número de hombres que participaron en este proyecto, describieron en varias formas cómo la música les había inculcado cierta sensación de autonomía. En primer lugar, porque el hecho de participar en esas sesiones les proporcionó una sensación nueva, de personalidad, de sentirse que eran alguien. Y en segundo lugar, por la sensación de autoconfianza que ganaron. Permitiendo a los asistentes a que escogieran el instrumento que desearan aprender a tocar, aumentaba la motivación para participar y para no dejar de acudir a las clases.

La estructura del proyecto permitía aumentar la sensación de autonomía de los internos concediéndoles una serie de actividades y oportunidades además de reconocerles en todo momento los sentimientos de cada participante, pudiéndose adaptar la educación emocional de cada sesión a las necesidades de cada grupo.

### *3.3.1.2 Humanidad*

La mayoría de los individuos sentían haber sido olvidados por una parte de la sociedad, mientras que por otra gran parte de la misma experimentaban una sensación de deshumanización muy intensa por todos los estereotipos y creencias que se repetían constantemente sobre la población carcelaria, lo cual influía directamente en su estado de ánimo y en su identidad. Por esa razón, después de todas las actividades que realizaron con el programa de Beats & Bars decían que volvían a “sentirse humanos” otra vez (Cox & Gelsthorpe, 2008, pág. 17).

Ésta no fue una concepción de unos pocos individuos, sino que fue una opinión generalizada y en la cual jugó un papel muy importante la capacidad y la forma en la que los responsables de las actividades llevaban las sesiones. La manera en la que éstos se dirigieron a los internos, teniendo en cuenta sus emociones, tratándolos como personas, con dignidad y respeto, facilitó la manera en la que éstos decidieron comprometerse con la terapia. Este tipo de detalles son los que a los internos les animaba a seguir adelante puesto que, tal y como destacaron algunos, les ofreció una mayor confianza sobre que podía existir la posibilidad de relacionarse y comunicarse con las personas que no vivían en prisión, lo que tendría repercusión en su proceso de resocialización.

### *3.3.1.3 Autoestima*

Ambas investigadoras, es decir, tanto Alexandra Cox and Loraine Gelsthorp, junto con el resto de responsables de las actividades, observaron a lo largo de las sesiones que una gran mayoría de los asistentes sufrían de graves déficits de autoestima y seguridad en ellos mismos, como también en sus habilidades para ejercer cualquier tipo de control sobre cualquier circunstancia de la vida. Además, el proceso de encarcelación y privación de libertad agravaba aún más la moral y vulnerabilidad de estas personas.

Esta falta de confianza y seguridad era apreciable desde el primer momento en el que comenzaban las sesiones. Según los responsables de las actividades, los hombres que tenían baja autoestima o poca seguridad en sí mismos, se mostraban dubitativos a la hora de elegir el instrumento musical que deseaban aprender a tocar, en la manera en la

que desempeñaban su actuación, o en la manera en la que se relacionaban (al principio) con el resto de compañeros.

Una vez comenzaron a recibir reconocimiento y ánimos por parte de los profesores como del resto de internos, sus comportamientos cambiaron considerablemente, comenzaron a sentirse apreciados y valorados por el resto, así que comenzaron a hacerlo consigo mismos. No puede olvidarse, a su vez, que el hecho de que se grabara en CD cada una de las actuaciones -las cuales se realizaban el último viernes de cada proyecto- generaba en los hombres una sensación increíble de logro y realización (aún más si a la actuación acudían miembros del equipo de funcionarios de prisiones).

Para ser más exactos, el 65.2% de los participantes, es decir, 45 de los 69 asistentes, dijeron que tras haber participado en el programa su autoestima había mejorado mucho. Se les pidió que concretaran sus emociones, de tal manera que esa mejora pudo ser entendida mediante distintas apreciaciones:

- Un 61%, es decir, 42 de los 69 participantes dijeron que se sentían felices
- Un 54.4%, es decir, 37 de 68 participantes (el que faltaba no contestó a la pregunta) dijeron que se sentían con mayor confianza en sí mismos
- Un 45%, es decir, 31 de los 69 participantes dijeron que se sentían emocionados

#### *3.3.1.4 Autoeficacia y competencia*

A través de las distintas prácticas que llevaron a cabo, se pudieron hacer distintas actividades que de otro modo no podrían haberse hecho tras las cuales se obtenía tal sensación de logro que era inherente el sentimiento de autoeficacia. El hecho de ser reconocidos como personas con aptitudes y con potencial para cumplir sus metas les reconfortaba al mismo tiempo que les hacía sentirse “alguien”.

Según las entrevistas que llevaron a cabo durante y después del proyecto, muchos de los participantes se sentían profundamente agradecidos por la experiencia, por haberles hecho pensar que tenían una oportunidad para cambiar y hacer algo con sus vidas. La prisión no mostraba ningún tipo de facilidad para que el interno pudiera expresarse, ni para que recibiera apoyo sobre las necesidades que presentase a distintos

niveles (emocional, cognitivo, etc.). Por eso mismo, este tipo de estudios ayudaba a que el tiempo que debían pasar viviendo en prisión fuese menos duro y que pudiera servir para interiorizar una serie de habilidades para ponerlas después en práctica.

Una de las preguntas en la que más hincapié se hizo en las encuestas fue sobre la esperanza que tenían por su futuro, en la cual se obtuvo un aumento muy significativo y al finalizar el proyecto.

	Pre-Proyecto (Encuesta 1)	Inmediatamente Post-Proyecto (Encuesta 2)	De 1 a 3 meses Post-Proyecto (Encuesta 3)
<b>1= Firmemente de acuerdo</b>			
<b>2= De acuerdo</b>	1.68	1.43	1.4
<b>3= Desacuerdo</b>	(Media)	(Media)	(Media)
<b>4= Firmemente en desacuerdo</b>	Error Estándar=	Error Estándar=	Error Estándar=
	0.81*	0.85*	0.72*

Tabla 2. Representación de la esperanza para el futuro. *Fuente: Informe Beats & Bars, Music in Prisons: an evaluation*

\* Cuanto menor sea la cifra, existía una mayor esperanza por el futuro

### 3.3.2 Conclusiones

En definitiva, este proyecto musical impactó en la vida de estas personas de forma muy significativa, involucrándose en la manera en la que después ellos decidieron actuar y en la forma en la que se relacionaban. El enriquecimiento personal, la interiorización de nuevas habilidades y competencias incrementó el sentimiento de logro en ellos y eso fue imprescindible es una situación en la que el hombre fue despojado de uno de sus derechos más fundamentales: su libertad.

Mediante las distintas actividades, los asistentes tuvieron la oportunidad de ayudarse los unos a los otros, interactuar entre los allí presentes, trabajar en grupo. Teniendo en cuenta que la mayoría de las acciones que se solían llevar a cabo en la cárcel eran de carácter individual, este tipo de ejercicios les ayudó a incrementar la posibilidad de hacer amistades, en las cuales se podían apoyar y comenzar una relación de confianza.

Al comienzo de este trabajo mencionábamos que la música era considerada un arte universal, incapaz de discriminar a nadie por sí sola y que las armonías de cualquier composición han resultado comprensibles para todas las personas, con o sin conocimientos musicales. Por esa misma razón, la música podría ser una buena oportunidad para intentar ayudar a los internos a que se interesen por los géneros musicales que otros internos conocen, comunicarse con ellos, aprender los unos de los otros y ayudarse en caso de necesitarlo.

En todas las prisiones en las que se puso en marcha este programa se obtuvieron muy buenos resultados en lo que al compañerismo se refiere. Personas que al principio de las sesiones apenas se dirigían la palabra, poco a poco comenzaron a interactuar, ayudándose los unos a los otros a cómo tocar un instrumento musical, cómo marcar los ritmos, o simplemente dando apoyo moral. Los hombres tuvieron las facilidades para expresarse libremente, lo que, en un contexto tan individualizado podía resultar complicado, pero al ser una situación que se repetía entre todos los presentes, todos mostraron una actitud muy respetuosa hacia las creaciones de los otros.

Todas estas actividades, finalmente, culminaron con la construcción de un fuerte vínculo entre los componentes de los distintos grupos y mejorando, por ende, el ambiente que se vivía hasta el momento en cada una de esas prisiones. Se destacó, incluso, el caso de unos internos concretos de la prisión de HMP Edmunds Hill que una vez quedaron en libertad mantuvieron el contacto e incluso llegaron a quedar en más de una ocasión (Cox & Gelsthorpe, 2008, pág. 23).

Pero el impacto de todo el conjunto del programa fue más allá de las relaciones en prisión y es que también influyó mucho en la manera en la que los participantes comenzaron a relacionarse con sus familiares. Las relaciones, cada vez más positivas, contribuyeron a que disminuyera la reincidencia, y teniendo en cuenta que solo un 13% de los participantes incluía a su familia en su proyecto de futuro -por la falta de



esperanza de que éstos quisieran volver a incluirlo en sus vidas- resultaba muy importante intentar mejorar la comunicación entre ambas partes. Cabe destacar, además, que este objetivo ejercía un poder motivacional aún más especial en los individuos porque casi el 55% de los presentes indicaron en más de una ocasión que deseaban estar con su familia tanto en ese instante como cuando la condena privativa de libertad llegara a su fin.

Algunas de las actividades que influyeron en ese proceso tuvieron que ver con la composición de obras para sus familiares, canciones en las que expresaban lo que sentían por sus hijas, el aprecio, el amor, el miedo a ser rechazados, etc. Otros en cambio, decidieron aprender a tocar el mismo instrumento que sabían tocar sus hijos para poder tocar con ellos cuando volvieran a estar en familia.

Para concluir se debe decir que el programa obtuvo muy buenos resultados tanto a nivel educativo como de formación laboral, lo cual al consistir en personas con escasa alfabetización supuso de gran ayuda. Se consiguió potenciar la autoestima de los participantes, como también sus ganas de participar en proyectos con fines educativos (de hecho, más del 72% de los participantes de este programa, tras su fin comenzaron a asistir a distintos programas educativos), e incluso aumentó la esperanza sobre su futuro, lo cual guardó relación con el bienestar personal y social de los mismos (Cox & Gelsthorpe, 2008). Asimismo, como se ha mencionado varias veces, las competencias que adquirieron influyeron tanto en el comportamiento que tuvieron después en prisión como para interiorizar cuestiones fundamentales sobre su propia identidad (como podría ser la capacidad para comunicarse, cooperar, empatizar, etc.).

Muchos destacaron que varias de las actitudes negativas que los frustraban y los mantenían en una constante tensión y estrés, fueron disminuyendo poco a poco a medida que transcurrían las sesiones. Esto puede deberse a que este tipo de actividades los había ayudado a hacerse sentir mejor consigo mismos y por consiguiente menos estresados, o sino, por haber interiorizado distintas formas sobre cómo manejar las situaciones de tal manera que cuando se encontraran frente a una situación agobiante, pudieran saber cómo relajarse y poder tomar las decisiones con más tranquilidad.

Cabe destacar que los proyectos presentaban flexibilidad absoluta para cumplir con las necesidades de todos los asistentes, ya fuese por baja alfabetización, o por no comprender el idioma, se procuraron adaptar las sesiones de acuerdo con las

capacidades que se presentaban. Se intentó, a su vez, prestar ayuda para poder cumplir con el objetivo que estuvieran persiguiendo en ese momento como podría ser la de escribir la letra de una canción, por ejemplo. Y lo que en un principio se presentó como un experimento muy complicado, sobre todo por estar dirigido a hombres, quienes no estaban muy acostumbrados a exteriorizar sus sentimientos, se consiguió llevar a cabo.

Lo que comenzó como un proyecto al cual varios internos acudieron por haber visto en él una oportunidad para aprender más sobre la música y poder mejorar así sus habilidades musicales, resultó ser mucho más que eso. La música siempre ha tenido una especial capacidad para favorecer la expresión de los sentimientos, lo cual, en un lugar como la cárcel resulta algo muy poco corriente, pero a la vez necesario. Las distintas técnicas musicales les posibilitaron alzar sus voces y hacerse escuchar, mandar un mensaje, lo cual, sin éstas hubiera resultado mucho más complicado.

### **3.4 Análisis programa 2: DRUMBEAT**

A diferencia del Beats & Bars, el DRUMBEAT no fue un programa cuya base partía del programa “Irene Taylor Trust” en colaboración con el Instituto de Criminología de la Universidad de Cambridge. Éste se basaba en una serie de intervenciones analizadas por el Instituto Holyoake que tuvieron como objetivo mejorar el bienestar mental, social y emocional de la población en riesgo de exclusión (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014).

DRUMBEAT fue un planteamiento que aunque se presentara para todos los internos, hacía especial hincapié en los indígenas que cumplían una condena en las distintas prisiones del Oeste de Australia. Fue elaborado en 2003, en principio para intervenir y analizar el estado de los distintos indígenas que se encontraban en la región de Wheatbelt del Oeste de Australia para evaluar y tomar medidas sobre el gran consumo de alcohol que había. No obstante, el estudio preliminar les llevó a comprender que este problema iba más allá de los indígenas, por lo que finalmente se decidió que el programa debería estar dirigido a la todos, es decir, a cualquier tipo de persona, fueran indígenas o no. Cuando presentaron el programa, siete cárceles del Oeste de Australia aceptaron ponerla en práctica (año 2010) partiendo de una serie de objetivos:

- Aumentar los niveles de cooperación
- Trabajar en la responsabilidad por el comportamiento de uno mismo
- Mejorar la regulación emocional
- Desarrollar la capacidad de tolerancia y empatía
- Aumentar la autoestima
- Ampliar las habilidades comunicativas
- Concienciar de la importancia de un mínimo de valores para apoyar relaciones saludables y oportunidades de hábitos de vida
- Incrementar los niveles de focalización, concentración, perseverancia y compromiso
- Perfeccionamiento de conexión y sentido de pertenencia a la comunidad

Teniendo en cuenta todas estas finalidades, determinaron que lo más oportuno sería agruparlas en distintos procesos, de tal manera que cada proceso pudiera incidir más en unos objetivos concretos (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014). Para ello, se establecerían cinco grupos:

1. Los ritmos principales: en esta sección se intentarían desarrollar habilidades de trabajo en equipo, concentración y atención
2. Debates: además de compartir la experiencia vivida, de tocar instrumentos de percusión, se hablaría sobre la vida que éstos hubieran tenido antes de entrar en prisión, a qué se dedicaban, etc.
3. Juegos: además de favorecer el trabajo en equipo, se facilitaría la comunicación entre los participantes, la actitud cooperativa y la responsabilidad tanto de los actos de uno mismo como de los compañeros
4. Improvisación: gracias a este apartado se desarrollaría la creatividad y la capacidad de adaptación de respuesta a una situación imprevista, por ejemplo.
5. Actuación: supondría un grado de reconocimiento por el logro, lo que se manifestaría como aumento de confianza en uno mismo y mayor autoestima.

La metodología empleada en este proyecto fue llevada a cabo en un período de diez semanas, repartidas en una sesión semanal de dos horas aproximadamente, llevando a cabo una actuación final en la última semana. Las primeras seis semanas se

centraron en las relaciones inter-grupales y la inteligencia emocional, para ello, se realizaron distintas actividades como tocar un instrumento o tocar en un grupo, por ejemplo. Pero al mismo tiempo, se les ofreció la posibilidad de poder informar a los responsables de las actividades cualquier aspecto que considerasen mejorable.

Se hizo especial hincapié en que los internos pudieran expresar las preocupaciones o dudas que pudiesen tener respecto a su vida, miedos sobre su puesta en libertad y en la situación en la que pudieran encontrarse tras haber pasado los últimos años en prisión. Cada sesión fue importante en ese sentido, pero la actuación final se presentó, sobre todo, como la herramienta que quizás más beneficios pudo aportar a corto plazo. Se les ofreció la posibilidad de sentirse miembros de un grupo, sentirse que se les estaba prestando atención, que eran valorados, celebrar los logros y asimilar, al mismo tiempo, nuevas habilidades que hubieran podido haber aprendido durante las sesiones como el impacto de la colaboración en grupo y compañerismo, por ejemplo (Cross & Woodruff, 2009).

Se consideró que comparando con el resto de la población australiana, la mayoría de los internos de esta zona (sobre todo los de origen indígena por su sobrerrepresentación en la ciudadanía) requerían una serie de necesidades especiales en lo que se refería a su salud mental y general. Además, a esto hubo que añadir el hecho de que el ambiente de la prisión agravaba considerablemente todos estos problemas, e incluso podía llegar a provocar el inicio de unos nuevos.

Por esa razón, el proyecto priorizó las sesiones a aumentar el bienestar personal y emocional del hombre, para luego así poder ponerlas en práctica en las últimas cuatro semanas (de la séptima a la décima):

- Semana 1: Analizando el ritmo de vida que hubieran llevado los internos antes de ser encarcelados y el que hubieran conocido a través de familia y amigos a lo largo de su vida, se pretendió hacerles entender la manera en la que el entorno podía llegar a influir en nuestro comportamiento para así poder interiorizar nuevas técnicas para actuar al respecto.
- Semana 2: En la sesión de esta semana se procuró incidir en la importancia de las relaciones. Para ello, se determinaron qué factores hacían que una relación fuese positiva y beneficiosa para una persona definiendo los aspectos que más podían afectar a que una relación terminara por desintegrarse.

- Semana 3: Los responsables de las sesiones intentaron explicar la importancia de la armonía, el respeto, la solidaridad con el prójimo, entre otros, para favorecer el trabajo en equipo.
- Semana 4: Esta sesión se centró en la identidad de cada uno de los participantes y en la manera en la que se expresaban. Tras una profunda introspección, se pretendía observar cómo manifestaban sus sentimientos en el grupo y cómo conseguían enfrentarse a la presión grupal.
- Semana 5: Se les ayudó a ahondar en las diversas emociones y en la manera más constructiva de expresarlas.
- Semana 6: Se examinaron todos los beneficios que se hubieran obtenido trabajando en equipo hasta esta sesión y las habilidades que cada uno de ellos pudiera haber interiorizado
- Semanas 7-10: una vez finalizaron todas las actividades anteriores, los participantes pondrían en común los múltiples conocimientos adquiridos para llevar a cabo, finalmente, la actuación musical que habían ensayado. Además, cabe destacar que el proceso de preparación conllevó cooperación, trabajo en equipo, solidaridad, etc. y ya que contaron con la oportunidad de animar a sus compañeros y amigos de prisión a ver la actuación, la sensación de logro y satisfacción pudo verse aún más favorecida.

Debe subrayarse que además de prestar ayuda psicológica y educativa, en orden de mejorar su bienestar y sus capacidades para la resiliencia, mediante todas estas sesiones, el programa incluyó entre sus objetivos principales mejorar las relaciones interpersonales entre los internos por un lado, y entre éstos y los trabajadores de los centros por otro trabajando sobre su autoestima y competencias intrapersonales, entre otros (Villamarín Fernández, 2004). Para ello, se procuraron determinar cuáles eran las mejores herramientas (o actividades) para obtener los resultados más óptimos para reeducar y reinsertar socialmente a la mayoría de individuos posibles.

El método de evaluación -el cual fue aprobado por el Comité de Investigación de Holyoake, por el Comité de Ética sobre Investigación Humana de la Universidad del Oeste de Australia y también por el Departamento de Funciones Correctivas, Investigación y Comité de Evaluación - consistiría en un método mixto que se

encargaría en analizar la influencia de este programa desde Noviembre de 2012 a Julio de 2013 (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014).

Como se ha mencionado anteriormente, fueron siete las prisiones en las que se puso en práctica DRUMBEAT -repartidos en un total de 21 grupos de internos- desde Noviembre de 2012 a Julio de 2013: Acacia, Bandyup, Boronia, Bunbury, Casuarina, Karnet Y Wooroloo. Cada programa era presentado por dos de los cuatro encargados de Holyoake, de tal manera que se intentaba explicar a los internos y a la plantilla de los centros cuáles eran los objetivos del programa, qué actividades se llevarían a cabo durante las distintas sesiones, etc. Asimismo, se escogía a uno de los miembros del personal de cada institución para responder cualquier petición que pudieran tener los responsables de DRUMBEAT.

Cabría destacar la voluntariedad sobre la asistencia de todas las actividades, es decir, los internos tuvieron la posibilidad de comenzar y dejar de participar en el proyecto en el momento en el que lo desearan. De hecho, en algunas de las prisiones se dieron ciertos problemas relativos a esta cuestión porque varios de los asistentes fueron trasladados a otras prisiones o quedaron en libertad antes de que el programa hubiera terminado.

En cualquier caso, la metodología utilizada fue la misma tanto para los casos que permanecieron hasta la última semana, como para los que no. Ésta se basaba en una serie de entrevistas semi-estructuradas con los internos, entrevistas con los funcionarios de la prisión, diferentes escalas que se les hacía rellenar, etc. Estas últimas -las cuales debían ser realizadas antes de comenzar el programa (Anexo 1), después de la última sesión (Anexo 2) y tres meses después (Anexo 3)- podían contener desde cuestionarios a preguntas abiertas, todas ellas con el objetivo de obtener información cualitativa relativa al impacto de los distintos proyectos sobre su persona.

Para ello, se establecieron una serie de herramientas tales como la *Warwick Edinburgh Mental Wellbeing Scale* (WEMWBS) que se encargaba de medir el bienestar mental de una persona, el *Kessler-5* para medir la angustia psicológica que podrían estar sufriendo desde el momento de su encarcelación hasta la vida en prisión o la *Resilience Scale de Wagnild y Young*, entre algunos otros más. En cuanto a las entrevistas, un total de 31 prisioneros decidieron relatar durante quince o veinticinco minutos los cambios

que habían vivido a lo largo de las diez semanas de sesiones y cómo éstos habían influido (positiva o negativamente) en su bienestar.

### 3.4.1 Resultados

Tal y como se ha mencionado recientemente, de todos los programas que fueron puestos en marcha, 21 fueron los que se completaron y evaluaron. De todas las sesiones que ello equivale, 210 encarcelados asistieron al menos a una de las diez sesiones, de ellos 179 completaron al menos una de las encuestas (previas a la intervención, después de la misma, o tres meses después). De todos ellos 146 fueron los únicos que terminaron el programa entero, acudiendo a todas o a la mayoría de las sesiones. Cabe destacar, además, que de esos 146, 114 participaron activamente en las encuestas previas y posteriores, aunque solo fueron 20 los que llegaron a completar el informe presentado tres meses después (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014, págs. 14-15).

La media de edad de aquellos que llegaron a completar todo el programa (sin la encuesta posterior a los 3 meses) era de 34.4 años y la media referida a la duración de la condena oscilaba en los 2.9 años aproximadamente. Las penas privativas de libertad eran consecuencia de delitos de distintas categorías que podían ser desde infracciones de tráfico, hasta asesinatos. A pesar de que en un principio se impulsó el programa tanto en centros penitenciarios masculinos como femeninos, debido a la baja asistencia y seguimiento en el mismo, las mujeres no obtuvieron los suficientes resultados como para poder evaluarlos.

Según los cuestionarios que se repartieron antes (Anexo 1) y después de la puesta en práctica (Anexo 2) de las distintas actividades, se obtuvieron una serie de datos muy interesantes:

- No se observaron relaciones significativas entre la duración de la condena y las puntuaciones relacionadas con el bienestar mental (examinado mediante el WEMWBS), o entre la duración de la condena y las puntuaciones vinculados a la resiliencia.
- Sí se observaron relaciones entre una mayor duración de la condena con una mayor cifra respectiva a malestar psicológico del individuo (evaluado mediante la escala de Kessler 5).

En ambos casos, los cambios se percibieron desde el primer momento en el que comenzaron a poner en marcha DRUMBEAT en las prisiones, pero de manera especial una vez éste hubiere terminado. El bienestar mental que se registró, por ejemplo, fue considerablemente mayor al finalizar el programa que en su comienzo, llegando a mantenerse hasta el análisis realizado tres meses después (Anexo 3) (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014).

La capacidad de resiliencia también aumentó considerablemente al finalizar los proyectos musicales. Asimismo, según los datos recogidos mediante Kessler-5, el malestar psicológico, es decir, el sufrimiento que sentían al comienzo del programa, se vio disminuido de forma significativa cuando concluyeron las diez semanas.

La competencia de estos hombres para mantener la dinámica de las clases, junto con la creatividad que en ellas afloraba, permitió que pudieran crear entre todos un grupo en el cual podían compartir experiencias y emociones. Al haber podido trabajar sobre la expresividad, los sentimientos, el respeto o la solidaridad (por nombrar algunos), aumentaba la confianza en ellos mismos y sobre los otros.

Gracias a todas estas actividades, los internos destacaron que este programa realmente les había supuesto un cambio en sus vidas en prisión. Consideraron que el impacto de DRUMBEAT se apreciaba tanto en su bienestar personal y social, como en la manera en la que pudieron socializarse los unos con los otros. Tal fue así, que los investigadores decidieron diferenciar en distintas secciones las múltiples competencias o habilidades que los individuos subrayaban en las entrevistas que se les practicaba después de acabar el programa.

#### *3.4.1.1 Regulación emocional*

Mediante la música se pretendió disminuir la afectividad negativa y aumentar así la positiva. Se entendió que el compartir o hablar sobre las emociones de uno mismo, poner en común el pensamiento que finalmente resultaba ser repetido entre todos los allí presentes, las preocupaciones ante un futuro incierto, aprender a gestionar la rabia y los impulsos violentos, etc. influía en la recuperación del buen estado emocional de las personas, por lo que ésta podía ser una herramienta que resultara adecuada. De hecho, en algunas de las entrevistas realizadas algunos de los internos comentaban que tocar los timbales les ayudó a disminuir la ansiedad y la tensión.



### *3.4.1.2 Positivismo*

El programa, según varios de los asistentes, colaboró en que los hombres se sintieran más felices y más relajados. La terapia musical les ayudaba a olvidarse, por un instante, sobre el lugar en el que estaban y les ayudaba a vaciar la mente, afectando muy positivamente en su bienestar mental. La mayoría de los participantes subrayaron que aunque acudieran a las sesiones de mal humor, o nada motivados, salían de ellas felices, es decir, se apreciaba un cambio de actitud hasta entonces poco común. Este tipo de talleres los animaba no solo a participar en las sesiones de DRUMBEAT sino que los motivaba a asistir a otros proyectos (fueran de carácter educativo o no).

### *3.4.1.3 Comunicación*

Las relaciones en prisión siempre fueron complicadas, fuese por las diferencias culturales o por pertenecer a grupos sociales distintos, existieron discusiones y peleas referidas a algún tema concreto. Por ello, se consideró que, para establecer las bases de una posible convivencia, era necesario presentarles a los internos valores de confianza, intercambio y honestidad desde la primera semana. Los responsables de las sesiones fueron conscientes del problema que ello suponía, pero por esa misma razón decidieron hacerle frente y hacerles ver a los participantes que era posible interactuar los unos con los otros, hablar sobre sus sentimientos y aunque en un principio pudieran sentirse incómodos, hacerles ver que no había nada de malo en expresar lo que sentían, fortaleciendo así las relaciones de los miembros del grupo.

### *3.4.1.4 Pertenencia al grupo y construcción de las relaciones*

Más de un 98.2% de los participantes resaltaron que gracias a este programa sintieron que eran parte de un grupo, que trabajaban por lograr un objetivo común (la actuación final) y que trabajando juntos conseguirían obtener un resultado aún mejor que haciéndolo individualmente. Juntos podían afrontar las dificultades que se les presentaban a lo largo de la vida en prisión y a lo largo de las distintas actividades musicales. Una de las características que muchos de los trabajadores pudieron observar era la perseverancia con la que intentaban conseguir buenos resultados, lo cual hasta el momento no había ocurrido. Al apoyarse mutuamente se creó un vínculo especial entre los miembros, lo que les alentaba a asistir a todas las prácticas para poder llevar a cabo una buena actuación la última semana.

#### *3.4.1.5 Autoestima*

Al aumentar el sentido de pertenencia a un lugar, de compartir cosas con otras personas, de convivir y trabajar por algo en común, incrementó la autoestima de casi todos los internos que decidieron acudir al programa. Al parecer, los distintos proyectos les ayudaban en sentirse mejor con ellos mismos, sobre todo porque se les brindó la oportunidad de contar el caso de cada uno de ellos sin ser juzgados por sus actos. El hecho de sentirse escuchados por el resto de compañeros aumentaba el compromiso con el que decidían participar en las actividades, influyendo, al mismo tiempo, en su bienestar personal.

#### *3.4.1.6 Autoconfianza*

Además de la autoestima, otra de las significativas repercusiones que tuvieron las actividades musicales fue que aumentó la confianza de los internos sobre sus propias decisiones. El hecho de tener que preparar una actuación, con un grupo, para ejecutar ciertas canciones al final del programa delante del resto de compañeros y funcionarios, suponía un reto interesante y único para sentirse apoyados entre todos. La empatía fue una de las cosas a las que se intentó dar mucha importancia a lo largo de las sesiones y en mayor o menor medida tuvo su efecto en las personas.

#### *3.4.1.7 Conocimiento sobre uno mismo*

Como se ha mencionado varias veces a lo largo de este estudio, la música siempre ha estado relacionada con la inteligencia emocional y con la identidad de cada uno de nosotros. La música ayudó a los individuos a conocerse mejor a sí mismos, lo cual, según los moderadores del proyecto, fue lo que ocurrió masivamente al finalizar el programa. Las diferentes actividades les habían ayudado a aprender cosas sobre cada uno, siendo críticos con las decisiones tomadas en el pasado y generando preguntas sobre el futuro. Aprender de los errores cometidos y responsabilizarse de los mismos fueron algunos de los progresos que se consiguieron con algunos de los hombres, lo cual, para haber supuesto un programa de diez semanas, supuso un gran logro.

#### *3.4.1.8 Eliminar barreras/obstáculos*

Aprendiendo a confiar en los compañeros, legándose distintos quehaceres a lo largo de los ensayos, entre ellos, favoreció en derribar estereotipos y creencias que

tenían muchos internos respecto a otros colectivos. Se llegaron incluso a formalizar amistades gracias al refuerzo realizado sobre el apoyo a las actividades en común: formar los grupos (cuyos miembros se procuraba no coincidieran con el grupo habitual de convivencia en prisión), diversión entre los miembros, debates, charlas, etc.

Todas las cosas que se compartieron durante esas actividades les hicieron darse cuenta de que no eran tan distintos entre ellos, que incluso compartían experiencias y que podían llegar a empatizar con sus relatos. Muchos destacaron que de no haber sido por un programa de estas características, probablemente no habrían tenido la oportunidad de conocer a esas personas que después pasarían (en varios casos) a ser amigos.

#### **3.4.1.9 Cambios de comportamiento**

Todos estos cambios afectaron profundamente en la manera en la que los asistentes al programa se comportaban fuera de él. Aproximadamente el 84% de los internos afirmaron considerarse más responsables de su actitud desde el momento en el que participaron en el programa, lo cual hizo que evitaran tener comportamientos violentos o disputas en prisión. Aunque esto último resultó algo más complicado, los trabajadores de las instituciones lo ratificaron cuando señalaron que hubo una disminución de altercados desde que algunos de los hombres decidieran comenzar a asistir a esos ejercicios musicales.

Al parecer, estos internos interiorizaron algunos patrones de conducta: intentando pensar en las cosas antes de actuar impulsivamente, o aceptando que existían maneras diferentes de ver o vivir una misma situación, pero sobre todo, respetando a todos los compañeros. Además cabe destacar que DRUMBEAT obtuvo muy buenas calificaciones por parte de los participantes por resultar divertido a la vez que muy útil en lo que al bienestar de la persona se refiere. Tal fue el impacto del programa que casi el 100% de los asistentes dijeron que lo recomendarían a otros internos para tomar parte en próximas actuaciones de DRUMBEAT.

#### **3.4.2 Conclusiones**

Como se ha podido observar tras la evaluación, DRUMBEAT intervino en la mejora del bienestar de los internos tanto a nivel mental como personal y es que tanto a largo como a corto plazo aumentó su capacidad de resiliencia y disminuyó la frustración

con la que convivían diariamente. Las entrevistas permitieron obtener datos desde la experiencia de los hombres, de los funcionarios y de los responsables de las actividades (quienes indicaron que el programa había conseguido unos efectos realmente positivos en las vidas de los primeros). La interacción entre estos hombres, las relaciones con los trabajadores de los distintos centros, sus relaciones familiares, entre otros, mejoraron y además se destacó que hubo un aumento considerable en lo referido a las perspectivas de futuro, a los cambios que podían hacer para mejorar y para poder evitar caer en la delincuencia otra vez (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014).

Todas las técnicas que se llevaron a cabo desde la primera semana, hicieron que los participantes se sintieran escuchados y valorados, y sobre todo sin ser juzgados por las decisiones que tomaron en un momento determinado o por cualquier otra razón. Al consistir en actividades realizadas en un ambiente afable, se generaron fuertes sentimientos de confianza, conectividad y compañerismo entre los internos y entre éstos y los responsables de las actividades. Asimismo al consistir en actividades musicales y teniendo en cuenta el carácter universal y no-discriminatorio de la música, cualquiera que quisiera podía participar independientemente de la cultura, el lenguaje, la edad o la duración de la condena que pudieran tener.

Los participantes comenzaron a comprenderse mejor a ellos mismos y al resto de compañeros: la capacidad para escuchar los problemas de los demás, intentar ayudar, que le prestaran ayuda a uno mismo, sentirse parte de algo... fueron valores que ejercieron un papel fundamental en la autoestima y en la autoconfianza. Fueron tantos los factores clave que mejoraron la efectividad del programa, que se destacaron en varias secciones (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014):

La primera de ellas se centraría a la **estructura y la accesibilidad del programa**. Todas las sesiones tenían un carácter informal, lo cual animaba a los internos a participar en las mismas porque al no consistir en clases educativas formalizadas en estudiar de un libro, hacer ejercicios en un cuaderno o realizar entregas de trabajos, se animaban a seguir acudiendo. Además, se le daba mucha importancia al hablar y escuchar los relatos de los compañeros mediante un reparto equitativo del tiempo, sin que se pudiera creer que a algunos se les favorecía más que a otros. Cabe destacar que el hecho de no exigir ningún requisito para participar en los distintos proyectos influyó, también, en que aumentara el interés por acudir a los mismos.

En segundo lugar, se encuentra la sección referida al **estilo del programa**, el cual destacaba que debido a la naturaleza divertida y entretenida de DRUMBEAT, los individuos acudían porque les gustaba la atmósfera que se respiraba cuando se juntaban en las sesiones. Como la participación era voluntaria, los hombres no se sentían en la obligación de ir y hacer lo que les decían que debían hacer, asistían porque era lo que ellos querían y porque era algo que les ayudaba a sentirse mejor.

Asimismo se subrayó que la **flexibilidad del programa** fue de gran ayuda puesto que se procuró responder en todo momento a las necesidades de los diferentes grupos. Si en algún momento alguno de los asistentes no podía acudir a las actividades, se intentaba facilitarle algún otro medio para poder realizar el ejercicio llevado a cabo en la misma.

Finalmente, una de las variables a la que más importancia le dieron los internos fueron los **responsables** o **moderadores** y su actitud, y es que gracias a la buena relación que surgió entre ellos, se encontraban muy cómodos a la hora de relatar sus historias, sus sentimientos y sobre todo sus dudas respecto a su futuro. La confianza que se mostraban entre ellos aumentaba su bienestar, se sentían escuchados, valorados y en ningún momento juzgados. Por si fuera poco, todos estos hombres agradecieron mucho la cercanía y el respeto con la que los moderadores los trataban, puesto que gracias a eso conseguían que volvieran a sentirse personas de nuevo.

No obstante, el programa sufrió algún que otro contratiempo a lo largo de las diez semanas de sesiones. Por ejemplo, la falta de entendimiento sobre la metodología y funcionamiento de DRUMBEAT dificultó que los funcionarios de las distintas prisiones colaboraran más activamente. Además, se contempló la posibilidad de que algunos funcionarios no consideraran este programa necesario en las prisiones y/o que pensarán que la metodología de prisión funcionaba bien como hasta entonces, por lo que no terminaba de aportar toda la colaboración que podía presentar.

Otro de los retos que se presentaron fueron los referidos a los horarios de las sesiones: el día en el que se aplicaban en algunas cárceles, si debían hacerse las dos sesiones seguidas o si era mejor hacer algún descanso, etc. Esto guardaba relación con la falta de asistencias de los internos a los que les podían coincidir los horarios de las actividades de DRUMBEAT con los horarios de trabajo u otras actividades que pudieran estar llevando a cabo. Al ser una actividad voluntaria, perdía potestad frente a

las otras que fueran obligatorias. Y teniendo en cuenta que en algunos casos no quedó demasiado claro cuáles eran los objetivos de las distintas actividades, los asistentes decidían abandonar las sesiones a medida que pasaban las semanas por no coincidir con lo que ellos pensaban que sería.

Debido al número de prisiones en las que se puso en marcha el programa y todas las circunstancias que variaban en cada una de ellas, se consideró que era necesario realizar cambios antes de poner en marcha ninguna actividad musical. Fue necesario subrayar que entre algunas de las limitaciones más significativas que se presentaron, una de las más destacables fue el hecho de que aunque en un principio este programa se presentó para prisiones de hombres como de mujeres, ninguno de los proyectos presentados en las prisiones femeninas pudieron llevarse a cabo hasta el final (Martin, Wood, Tasker, & Coletsis, 2014). Debido a la poca asistencia de las féminas a las actividades y su falta de motivación y curiosidad por el contenido de las mismas, fueron excluidas de las estadísticas de la evaluación.

Finalmente, debe mencionarse que debido a los resultados tan positivos recogidos a lo largo de las siete prisiones (masculinas) en las que se estableció el uso de DRUMBEAT por unas diez semanas, se recomendó el programa al resto de prisiones australianas para que este método de intervención pudiera contribuir en la mejora del bienestar mental de los internos y en la disminución de la frustración. Se planteó la posibilidad de ponerlo en marcha en prisiones para mujeres, por lo que se comenzaron a investigar y analizar las características que podrían haber fallado en el primer intento, de manera que estableciendo algunos cambios, pudiera funcionar en prisiones femeninas.

### 3.5 Factores comunes vs. distintivos

Una vez han sido analizados ambos programas, se considera importante destacar si entre los dos coincide alguna variable o si por el contrario cada uno de ellos ha seguido un estilo diferente. Para ello se han destacado varias de las más características de ambas partes:

- Factores **comunes** entre Beat & Bars y DRUMBEAT:
  - Voluntariedad de la asistencia

- Abiertos a comentarios, críticas o consejos sobre las posibles deficiencias de los proyectos y las posibles mejoras
  - Aplicación en prisiones de distinto nivel de seguridad
  - Los investigadores que presentan el programa solo están presentes en el principio y en el final del programa, no durante las sesiones
  - La metodología empleada: entrevistas, encuestas, etc.
- Factores **distintivos** entre Beats & Bars y DRUMBEAT:
    - Su base: Beats & Bars se fundamentan en el proyecto de Irene Taylor Trust, mientras que DRUMBEAT parte de los distintos movimientos de Holyoake
    - Duración:
      - Beats & Bars tiene una duración de 5 días (prorrogables a 16 días)
      - DRUMBEAT tiene una duración de 10 semana
    - Reparto de sesiones:
      - Beats & Bars: 2 sesiones diarias, 3 horas cada una
      - DRUMBEAT: 1 sesión semanal, 2 horas cada una

Una vez mencionados éstos, cabe destacar que a pesar de la manera en la que las sesiones fueron distribuidas en ambos casos, al final de cada uno de los dos programas las horas invertidas resultaron prácticamente las mismas; mientras que DRUMBEAT se llevó a cabo en aproximadamente 20 horas, Beats & Bars empleó, de media, 5 horas menos.

Son muchos los factores que han coincidido entre ambos programas, pero se ha intentado hacer especial hincapié en aquellos que han sido considerados como representativos y que hayan podido influir de una manera más significativa en la mejora de las habilidades personales y sociales del mayor número de hombres posibles. Por esta razón serán estos los factores que se tendrán en cuenta y de los que se partirá para la propuesta que pretendemos plantear. Los buenos resultados que se han obtenido en ambos se deben a distintas propiedades que presentaban cada uno de los programas, no obstante, consideramos que tener en cuenta cuáles han sido las similitudes de ambos

pueden ayudar a que el programa que queremos proponer resulte igual de efectivo y beneficioso para los internos de cualquier institución penitenciaria.

Por un lado, proponer a los internos actividades de este tipo en las cuales puedan participar de forma voluntaria podría verse como un problema porque con bastante probabilidad no todos los internos tomarían la decisión de acudir. Sin embargo, hay que considerar que todos aquellos que asisten a los proyectos lo harían porque realmente consideran que puede ayudarles ya sea como forma de entretenimiento o como medio de aprendizaje. En cualquiera de estos dos casos el programa intentaría inculcar una serie de valores en los internos que pudieran serles de gran ayuda durante el tiempo que fueran a permanecer privados de su libertad.

Del mismo modo, el hecho de admitir las críticas o comentarios que los internos pudieran tener respecto a los distintos talleres o actividades, puede favorecer enormemente al programa en su perfeccionamiento. Mediante esta práctica, además, consiguen que los asistentes a los proyectos se involucren más con el programa y si se presenta el caso en el que pueden observar cómo su aportación ha cambiado el funcionamiento de algún taller, la autoconfianza en uno mismo, en sus opiniones y su autoestima se verán ampliamente reforzadas.

La diversidad de la metodología empleada además ha obtenido buenas críticas porque los métodos cuantitativos pueden completarse mediante la información obtenida a través de los diferentes medios cualitativos como las entrevistas o la observación directa, por ejemplo. La combinación de ambos métodos hace que el programa pueda obtener unos resultados muy exactos sobre la incidencia real de lo trabajado en los talleres sobre la vida de los participantes y sobre las de sus compañeros de módulo o sobre la de sus familiares.

Por otro lado, en cuanto a la duración óptima del programa se han generado varias dudas por las diferencias semanales entre las sesiones de Beats & Bars y las de DRUMBEAT. Pero como hemos destacado, finalmente la duración (por horas) de los proyectos solo difiere en 5 horas. Por consiguiente no queda esclarecido cuál de las dos estrategias puede ser más beneficiosa para los internos, no obstante, se subraya que DRUMBEAT pudo haber inculcado más profundamente los valores ya que al distribuir las actividades a lo largo de más de dos meses, se trabajó la interiorización de los



mismos y además la duración de cada sesión es menor, lo cual facilitó que éstas no coincidieran con otras actividades o labores que pudieran tener los individuos.

En definitiva, éstas son algunas de las características que van a ser tenidas en cuenta en la programa que queremos sugerir, pero no las únicas. Estos dos programas no han sido los únicos que se han presentado en los últimos años como tratamiento (musical) penitenciario, pero dados sus buenos resultados hemos considerado que eran muy interesantes para analizar y poder obtener una serie de estrategias que pudieran ser la base de las intervenciones artísticas penitenciarias que pudieran crearse en un futuro.

#### **4 Propuesta de un programa de educación musical en un centro penitenciario como medio resocializador**

##### **4.1 Investigaciones/programas previos: qué aspectos resultan los más beneficiosos para la reinserción y resocialización**

A lo largo del desarrollo de todo el trabajo hemos podido analizar distintas técnicas que han conseguido establecer fuertes vínculos entre la disciplina artística y la social a través de la música como modelo de intervención social. Se ha considerado que el arte es una herramienta creativa de actuación que tiene unos resultados muy positivos sobre colectivos que se encuentran en contextos de especial vulnerabilidad, riesgo o exclusión social. Por esa razón hemos comprendido que el uso de la música puede ayudar mucho como estrategia de intervención en los establecimientos penitenciarios, favoreciendo la integración social del hombre cuando quede en libertad.

Con la finalidad de desarrollar un programa de intervención artística basada en la educación emocional como herramienta reinsertadora y reeducadora, analizaremos el proyecto desde una triple perspectiva: desde un enfoque criminológico, desde una visión jurídico-penal y desde una óptica psicológica y social. Para ello se extraerán las ideas más fundamentales de los programas estudiados con anterioridad -como la estrecha relación que existe entre la música y el crecimiento individual de las personas- tras lo cual, se planteará la posibilidad de proponer la Educación Artística basada en la musicoterapia como estrategia creativa e innovadora que favorezca el desarrollo de competencias sociales en los internos.

Teniendo en cuenta el amplio campo de intervención que se nos presenta en este estudio, hemos considerado oportuno diferenciar la Intervención Social que supone esta práctica. A lo largo de las últimas décadas se está prestando especial atención sobre cómo los cambios sociales pueden llegar a influir en la interacción entre una persona y el resto del mundo, sus relaciones y la forma en la que uno convive con su ambiente. Ante esta situación, y a pesar de que anteriormente se ha venido utilizando las artes plásticas o visuales, últimamente está aumentando el uso de la educación musical como herramienta capaz de cambiar la realidad social de las personas que se encuentran en prisión (Lacárcel Moreno, 2003).

Atendiendo a las palabras de Sánchez-Vidal, este tipo de técnicas suponen una *“práctica social directa y global de actuación que implica una transformación social guiada por unos objetivos, valores e intenciones sociales y que aborde la problemática social pero no se limite a ella, sino que incluya también el desarrollo humano y social”* (Sánchez Vidal, 2002).

Puesto que a la Criminología se le atribuyen las características de agente de cambio por su interdisciplinariedad, consideramos que podría resultar muy útil e importante proponer una serie de condiciones para que la música pudiera tomar parte como estrategia socializadora. Ésta ayudaría en el cambio personal de los internos, lo cual al mismo tiempo contribuiría al cambio social y de esta forma su reinserción social podría ser una meta alcanzable.

Como hemos podido observar tras el análisis de los programas Beats & Bars y de DRUMBEAT, la música ha ido más allá de la educación de conocimientos sobre armonía o solfeo; ha llevado consigo multitud de expresiones de sentimientos, cuyo carácter íntimo y personal ha enriquecido cada sesión. La metodología empleada en ambos proyectos ha recibido muy buenas críticas, pero en nuestra opinión, el funcionamiento de DRUMBEAT tiene más posibilidades de intervenir en las competencias personales y sociales de los participantes por la manera en la que ha distribuido las sesiones en diez semanas. Es decir, al repartir las actividades en un plazo tan amplio y con el objetivo de actuar con su grupo musical ante el resto de compañeros al acabar las mismas, aumenta la motivación de continuar participando y de llegar hasta el final, lo cual ayuda a interiorizar y poner en práctica durante más tiempo las distintas competencias que se plantean en los talleres.

Realizar un programa de intervención artística musical en prisión proporciona, como hemos podido ver, herramientas que ejercen un papel educativo y de formación, como también de entretenimiento o lúdicas. Favorecen la comunicación, facilitan la expresión de sentimientos, opiniones y miedos, entre otros. Asimismo, hemos podido observar cómo se ha fomentado la relación intercultural entre los miembros de los grupos y cómo se ha expandido esta actitud hacia el resto de internos. Este método, además, incrementó las habilidades de resolución de conflictos entre los internos por un lado y entre los internos y el personal de prisiones por otro (Lee, Mulvey, Tily, Jones, & Bowyer, 2016).

Las diferentes técnicas han aportado seguridad y autoconfianza sobre todos los participantes y al mismo tiempo, han supuesto una ayuda fundamental en la evolución de su autoestima. Pero no solo eso, sino que además ayudan en el sentido de la responsabilidad respecto a las decisiones de uno mismo y el sentido de pertenencia a un grupo con el cual se ha comprometido. Es decir, podría decirse que la música ha sido una especie de fuente que ha aportado un crecimiento y desarrollo humano a todos los internos que tomaron la decisión de participar en este programa de intervención. Gracias a su configuración y mediante las distintas técnicas, se ha procurado trabajar sobre la autonomía, la expresión personal y la capacidad comunicativa y de socialización de todos ellos (McNeill, Anderson, Colvin, Ovey, Sparks, & Tett, *Inspiring Desistance? Arts projects and what works?*, 2011).

En cualquier caso, resulta necesario destacar que nada de esto hubiera sido posible de no haber sido por el compromiso y la implicación que mostraron los asistentes a los proyectos. Ciertamente es que en algunos casos, la cifra inicial difirió de la que finalmente fue, pero al no suponer una cifra desmesurada, la mayoría de los proyectos pudieron llevarse a cabo de principio a fin. Es decir, debido a la baja mortandad experimental, al final de las sesiones se pudieron recoger los resultados para después evaluarlos. Por ello se considera que todos aquellos que permanecieron durante todas las sesiones interiorizaron su propia capacidad para hacer frente a los problemas y a las adversidades que se podían interponer entre ese momento y el objetivo que perseguían (la ejecución de su actuación final). De tal manera que se observó un importante progreso de sus competencias que permitieron desarrollar tanto su autonomía (qué actitudes podían tomar para no frustrarse ante las dificultades) como diferentes formas de integración social (la pertenencia a un grupo musical equivale a involucrarse en un proceso que necesita de la colaboración de todos para unos resultados de los que sentirse orgulloso).

Según el informe presentado en el año 2010 por La Secretaría General de Instituciones Penitenciarias, España posee una de las tasas más elevadas de población reclusa de toda Europa, la cual asciende a 153.6 internos por cada 100.000 habitantes (Penitenciarias, 2010). La mayoría de estos internos provienen de ambientes desestructurados, tienen poca alfabetización (escasa o incluso en algunos casos ninguna) y apenas tienen competencias profesionales o sociales. Además, un gran porcentaje de esta población es extranjera y sin conocimiento de la lengua española y otra parte

importante padece algún tipo de dependencia a estupefacientes o sustancias psicotrópicas.

Los distintos talleres al no exigir ningún tipo de conocimiento musical -ni de otro tipo- facilitó la participación de los internos en los programas anteriores, de tal manera que no existe razón por la que debiéramos pensar que en España no fuera a ocurrir de la misma forma. Por eso, para que la musicoterapia sea un método de intervención para la prevención de la exclusión social, es fundamental conocer el perfil de los hombres a los que va a estar dirigido. De esta forma se podría atender a sus necesidades de la manera más adecuada posible y se podrían establecer las técnicas más apropiadas para su resocialización. De acuerdo con lo expuesto en las investigaciones previas, un programa de estas características tiene que tener la capacidad de crear un clima favorable dentro del módulo, es decir, las relaciones entre los internos y los responsables de las actividades deben darse de una manera abierta y respetuosa. De esta manera el hombre vuelve a sentirse persona, la cual tiene cosas que aportar a la sociedad y que no por estar en prisión debe caer en el olvido (Williams, 2003).

Para obtener dichos resultados, es decir, para contrarrestar el proceso de deshumanización, es conveniente poner en práctica una metodología de carácter participativa: planteando distintas actividades en las cuales exista la posibilidad de hablar sobre uno mismo, ser escuchado, ayudar y ser ayudado por los compañeros que pueden encontrarse en una misma situación o que hayan pasado por algo parecido, etc. En estos casos por ejemplo, es esencial el elemento de voluntariedad de asistencia, ya que desde el momento en el que a una persona se le obliga participar en algo, el interés por el mismo disminuye. Más concretamente, cuando se tratan de actividades en las que los hombres han de expresar sus sentimientos, hablar sobre cosas íntimas y respetar en todo momento los relatos de los otros, pueden surgir problemas por tener que mantener la imagen o compostura de los roles de género establecidos en la sociedad patriarcal.

Tal y como declaraba Romanowski *“La música y la experiencia musical son hechos esenciales de la cultura humana. Ésta se encuentra entre sus formas más antiguas de cultura que conocemos. Sirve para los fines propios del bienestar mental y la integración social. La música es la llave técnica que asegura el contacto y la sincronización de distintos individuos en un grupo. Está integrada en las relaciones sociales y realiza sus funciones en todo tipo de contextos”* citado por Pastor Comín y

Rodríguez Yagüe. A este respecto, la aplicación de un programa de educación emocional en una institución penitenciaria podría considerarse como una estrategia que ayudaría en la regulación de los sentimientos de cada uno de los internos, proporcionándoles herramientas que podrían serles útiles tanto en el centro penitenciario como en su futura reincorporación a la sociedad fuera de prisión.

Debido a las necesidades que muestran la mayoría de los internos respecto a las problemáticas que surgen como consecuencia de su impulsividad, el autocontrol emocional, la baja autoestima, la escasa capacidad para hacer frente a la frustración, la dificultad para resolver los conflictos o para desarrollar pensamiento abstracto, entre otros, se plantea la posibilidad de llevar a cabo programas de tratamiento musical que pudieran favorecer su bienestar y su futura inclusión. Para ello, los programas de tratamiento como Beats & Bars o DRUMBEAT destacan una serie de factores que podrían resultar los más efectivos para reducir la reincidencia y la violencia. Cabría destacar las técnicas musicales que además de favorecer la interacción entre los miembros de los grupos, pudieron ser transferidas a otros ámbitos como los familiares, los formativos o los laborales, por ejemplo.

Pero sobre todo, los proyectos que más éxito tuvieron (en la mayoría de los casos) fueron aquellos que integraron prácticas dirigidas a mejorar las competencias de razonamiento, empatía, evaluación de las conductas, autocrítica y reflexión de los actos. Mediante todas estas técnicas, se comprendió la importancia de la educación sobre el control emocional y la forma en la que éste podía prevenir y reducir el comportamiento antisocial (Bisquerra Alzina, 2003). Por eso, desde nuestro punto de vista, cualquier programa que estuviera dirigido a la población penitenciaria, debería tener en cuenta las condiciones extraordinarias de toda institución carcelaria, es decir, valorar que esa comunidad se encuentra privada del derecho fundamental de la libertad y atender a los factores afectivos que pueden haberse visto perjudicados desde su encarcelación.

A partir de este marco teórico sobre el objetivo que han perseguido las distintas investigaciones y sobre cuáles han sido los aspectos más destacables de las mismas, nuestro objetivo, a continuación, es el de diseñar un programa de educación emocional basado en la música y dirigido a los internos de las instituciones penitenciarias, cuya finalidad será la de proporcionar una serie de habilidades personales y sociales que pudiesen serles de utilidad en su proceso de resocialización.

#### **4.2 Fundamentos del Derecho (CP, LOGP, RP): requisitos que tiene que cumplir este programa para poder ser tenido en cuenta como actividad en prisión**

La Constitución Española, la Ley Orgánica General Penitenciaria y su Reglamento son el marco normativo fundamental del sistema penitenciario que encontramos actualmente en España. La Ley Orgánica General Penitenciaria (LOGP), por ejemplo, basa su normativa en unas disposiciones mínimas que surgieron de las recomendaciones de Naciones Unidas y el Consejo de Europa en los acuerdos internacionales que trataron sobre los derechos humanos y sobre la manera en la que la Constitución Española (CE) recogía el tratamiento de los internos en instituciones penitenciarias.

Tal es así que el artículo 1 de la LOGP y el 25.2 de la CE están estrechamente vinculados, ya que ambos defienden la labor de los centros penitenciarios como herramientas que faciliten la reeducación y reinserción social de todas aquellas personas que han sido condenados a penas y medidas privativas de libertad. En el artículo 59.1 de la LOGP, como hemos mencionado con anterioridad, se define el tratamiento penitenciario como un *“conjunto de actividades directamente dirigidas a la consecución de la reeducación y reinserción social de los penados”*. Estos dos últimos objetivos, son de ineludible cumplimiento, según lo dispone la Constitución Española, en su artículo 25.2. En el tratamiento que planteo, se pretende conseguir mediante la puesta en marcha de un tratamiento basado en técnicas musicales, intentando desarrollar conocimientos y habilidades sobre las emociones de los internos para poder afrontar mejor los retos que puedan presentarse en la vida diaria.

De acuerdo con el Reglamento Penitenciario (RP), entre los diferentes propósitos que persigue el tratamiento, existe un especial interés generalizado sobre la formación del interno. Se entiende que la formación del hombre puede fomentar en él la voluntad de llevar una vida correcta y sin comportamientos violentos o ilícitos tras su puesta en libertad. Para ello se intenta, mediante las distintas actividades, aportar una serie de medios para mejorar el conocimiento sobre las propias emociones y el reconocimiento de las de los demás, desarrollar estrategias para el control de la impulsividad, mejorar las habilidades sociales, etc.

Para ello, es esencial respetar en todo momento la personalidad de los individuos, tener en cuenta cuáles son sus derechos y obligaciones y en ningún caso

establecer diferencias por razones de raza, creencias religiosas o políticas o cualquier otra circunstancia que pudiera presentarse (artículo 3 LOGP). Todo tratamiento que quiera ser propuesto para aplicarse en prisión, debe consistir en una serie de actividades organizadas cuya finalidad además de estar dirigida a la recuperación terapéutica del interno, tendrá que trabajar sobre las competencias personales y sociales que puedan facilitar su reinserción (Penitenciarias, 2010).

Actividades artísticas de este estilo aumentan la experiencia de ocio de los internos, lo cual resulta necesario dentro de una rutina como la que se vive en prisión. Por todo ello es imprescindible que las Instituciones Penitenciarias colaboren en el proceso de inserción de este tipo de actividades dentro de las cárceles. El trabajo que realiza el personal de prisiones conlleva una gran responsabilidad y su compromiso con las diferentes actividades reeducadoras resulta fundamental si se pretende alejar a los internos de la conducta criminal. Si existe una finalidad como la de adquirir una serie de valores éticos y sociales, los responsables de las actividades deben coordinarse con los funcionarios de las instituciones para que éstos entiendan el funcionamiento de las actividades y sepan cómo deben actuar en consecuencia (artículo 71.2 LOGP).

Ahora bien, todas las actividades y ejercicios que son llevadas a cabo dentro de un centro penitenciario, suelen tener un espacio concreto de actuación, módulos de carácter formativo, sociocultural, recreativo o deportivo que favorecen el desarrollo de aquellos que decidan tomar parte en los mismos, llegando incluso a motivar actitudes respetuosas hacia/con la ley. El estilo de técnica que presentamos equivaldría a una combinación de dos de esos módulos (a veces incluso tres) en uno solo, ya que mediante la música se pretenden enseñar actividades de tipo cultural y artístico, a lo largo de varias semanas. Éstas también tienen un carácter especial de entretenimiento, ya que la atmósfera que rodea a un grupo musical y a sus actuaciones difiere mucho de un aula en la que se pueda impartir una asignatura concreta. No obstante, se podría decir que la música permite formarse en conocimientos musicales y dependiendo de la manera en la que se lleven a cabo las actividades, este aprendizaje puede resultar muy útil en su salida de prisión.

La Educación Artística siempre ha supuesto una experiencia integradora que proporciona competencias sociales a quienes toman parte en las mismas bien sea mediante la pintura, las manualidades u otro tipo de técnicas. Dicho esto, resulta muy



importante destacar que la vinculación que tenemos con la música consigue proporcionarnos tal bienestar (a la mayoría), que quizás sería interesante concretar este tipo de tratamientos a una modalidad musical. De este modo, podríamos estar hablando de Intervención Criminológica en un centro penitenciario, ya que mediante el desarrollo de distintas técnicas musicales, intentaríamos rehabilitar al interno para su proceso de socialización. Asimismo, pretenderíamos comprender y analizar el efecto del tratamiento en diferentes perfiles de los internos.

Debido al carácter flexible de la música, las actividades podrán adaptarse no solo en función de las capacidades, limitaciones y necesidades de cada sujeto, sino que también según las preferencias musicales de los miembros de los grupos. Esto es, se intentarán conocer las características de los distintos participantes y así personalizar cada práctica para obtener los mejores resultados posibles, respetando en todo momento los derechos que les son inherentes y que no se han visto afectados por la condena (artículo 60 LOGP).

Autores como Pastor proponen el uso de la música urbana como técnicas de intervención en prisión porque mediante este estilo musical los internos expresan sus emociones de una forma que se fortalecen las relaciones entre ellos, como también con los funcionarios y demás responsables de los proyectos (Pastor Comín, Músicas urbanas y experiencia carcelaria. Aspectos jurídicos y nuevas reflexiones sobre identidad y educación en prisión, 2013). En dicho estudio, mediante las actuaciones musicales que se llevaron a cabo y con el aprendizaje de la ejecución de un instrumento musical, mejoró la expresión personal y de identidad de los asistentes, lo cual favoreció en la reducción de tensión y ansiedad de los mismos.

En el artículo 4 d) del Reglamento Penitenciario se nos presenta el derecho que tienen los internos a participar en un tratamiento penitenciario y en las medidas que se programen con el propósito de conseguir los objetivos establecidos. Éste deberá guardar relación con el artículo 62 de la Ley Orgánica General Penitenciaria, de modo que para poder llevar a cabo un tratamiento de tipo musical deberá ser en base a:

- a) Estudio preliminar sobre el carácter, aptitudes y actitudes del sujeto a tratar, así como de los aspectos evolutivos que presente su personalidad
- b) Diagnóstico previo de personalidad criminal y juicio pronóstico inicial, informe sobre su actividad delictiva y datos personales

- c) Proceso de individualización según la personalidad y necesidades (médicas y sociales) del individuo
- d) Integración métodos múltiples
- e) Programación de las actividades en un plan general y distribución de los quehaceres
- f) Carácter continuo y dinámico

A partir de este marco teórico, nuestro objetivo es diseñar un programa de educación musical dirigido a los internos de distintos centros penitenciarios como un tratamiento que pretende impulsar el desarrollo emocional como añadido esencial al desarrollo cognitivo. Su implementación sería posteriormente evaluada en función de los beneficios que pudiese haber aportado a los participantes del programa en su integración y rehabilitación social.

### **4.3 Objetivos y metodología**

#### **4.3.1 Objetivo general**

El propósito principal que persigue esta intervención musical reside en aumentar el bienestar personal y social de todas aquellas personas que se encuentran privadas de su libertad dentro de una institución penitenciaria.

#### **4.3.2 Objetivos específicos**

Entre los objetivos principales que se pretenden conseguir se encuentran:

- Aumentar la autoestima y la sensación de autoeficacia
- Incrementar los niveles de cooperación y empatía
- Aumentar la responsabilidad de las propias decisiones
- Mejorar las habilidades de comunicación e interacción
- Mejorar los niveles de tolerancia y control de los impulsos
- Disminuir la agresividad en prisión

Para ello, el método propuesto en este programa parte del razonamiento interpretativo de la experiencia que viven los miembros del equipo que posibilitan las actividades y de las respuestas que cada interno facilita ante las distintas pruebas de cada ejercicio.

### 4.3.3 Evaluación diagnóstica

Se establecerá un sistema de evaluación cualitativo y cuantitativo que se diferenciará en tres partes:

1. La primera parte hace referencia a la información que se puede obtener sobre el interno antes de que comience el programa, tales como: su personalidad, sus gustos musicales, los conocimientos que pueda tener sobre la música, si sabe tocar algún instrumento musical, sentido del ritmo, oído, etc.
2. La segunda consiste en las distintas técnicas evaluativas que se llevarán a cabo durante el transcurso de las sesiones por medio de unas estrategias como la observación directa, entrevistas, cuestionarios o grupos de debate, por ejemplo.
3. Finalmente se les realizará una evaluación mediante el cual se intentará analizar cuáles han sido los resultados de los proyectos, si han aportado algo a los participantes, si han aprendido algo, etc. Asimismo se les dará la posibilidad de que comenten sobre aspectos que consideren ser mejorados o eliminados, entre otros.

Para la obtención de unos resultados realmente satisfactorios, un programa de intervención musical en una institución penitenciaria debe crear una atmósfera favorable y agradable dentro del módulo. La colaboración de todas las partes implicadas es necesaria para que pueda haber comunicación y donde las personas puedan expresar sus sentimientos o carencias sin temor a ser juzgados. En este sentido es recomendable que la metodología de las actividades sea de una naturaleza participativa, atractiva para los individuos y que pueda suponer un entretenimiento durante su período de encarcelación. A través del planteamiento de este tipo de actividades se pretende fomentar el bienestar del condenado, que aumente la capacidad de compromiso hacia algo y que finalmente pueda sentir la satisfacción por el trabajo realizado (Lee, Mulvey, Tily, Jones, & Bowyer, 2016).

Este tipo de intervención puede jugar un papel fundamental a la hora de comprender e interiorizar estrategias para la resolución de conflictos, ya que mediante el cambio personal puede lograrse la mejora de la capacidad para la búsqueda de soluciones que se ajusten más a la ley y no a un comportamiento violento o ilícito. Asimismo, cabe destacar que la música fomenta la interculturalidad, es decir, debido a la gran variedad de estilos musicales que existen, las personas pueden llegar a

interesarse por un género musical nuevo. De esta forma se fomentarían las relaciones entre los internos de distintos grupos sociales, consultando sobre grupos musicales y aconsejando según los intereses de cada uno, por ejemplo.

Todos los talleres estarán dirigidos a que los participantes se motiven en su propio desarrollo y aprendizaje, que vean el programa como una oportunidad de crecimiento interpersonal, tras el cual deje de sentirse deshumanizado y que tiene razones para trabajar en su proceso de reinserción. En esta fase resulta esencial que se respeten todas las opiniones y características personales, sin estigmatizar a nadie; como es normal los intereses de las personas no coincidirán siempre, pero ha de procurarse que todos lleguen a un acuerdo sobre el funcionamiento del grupo. Es decir, desde el primer momento en el que se decide tomar parte en estos proyectos, se va a procurar subrayar al sujeto como un ser social, con una identidad y unas características que lo hacen único, pero que también lo hacen miembro de un grupo.

Mediante esta interacción grupal, aumentaría la motivación a acudir a las sesiones y gracias a la seguridad y confianza que se podría mostrar, los asistentes se verían estimulados para construir una imagen positiva sobre ellos mismos (Hernández Bravo, Hernández Bravo, & Milán Arellano, 2010). Pero para que esta técnica funcione, es necesario que la plantilla de este programa pueda proporcionar atención individualizada a los participantes, entrevistarlos cada cierto tiempo para evaluar los progresos que puedan estar dándose, las dificultades que se les puedan estar presentando, etc.

Esta propuesta multidisciplinar aceptará la diversidad cultural como un aliciente, un factor positivo que estimulará la igualdad entre todas las partes y el aprendizaje de las múltiples formas de entendimiento que existen entre las personas. Por esa razón y para evitar las disputas o problemas (sobre todo al principio) entre los miembros de los grupos, se recomienda que los grupos no sean superiores a 10 personas.

La planificación inicial del programa intentará evitar, dentro de lo posible, que las sesiones puedan coincidir con las labores que los participantes tuvieran antes de comenzar con las mismas, como pueden ser clases formativas, trabajo o cualquier otra medida que estuviera cumpliendo. En cualquier caso, se informará desde el principio cuáles serán los objetivos que se van a procurar cumplir cada semana, de tal manera que

todos aquellos que quisieran tomar parte aun a sabiendas de que quizás no podrán acudir siempre, pudieran tomar una decisión teniendo en cuenta todas las posibilidades.

Cada grupo estará compuesto, como se ha mencionado anteriormente, de un máximo de 10 internos, además de 2 responsables que serán miembros de la plantilla del programa. En cada una de las agrupaciones se intentará integrar a las personas con gustos musicales parecidos y para ello se utilizarán los datos recogidos en las preguntas realizadas con anterioridad a comenzar los proyectos y tras haber consultado en la prisión y a los funcionarios si existe algún tipo de problema o pugna entre los seleccionados para un mismo grupo.

Dicho esto, es importante mencionar que es diferente cuando alguien ajeno al programa quisiera tomar parte en el mismo una vez éste ya ha dado comienzo. Estas técnicas pretenden ser un aporte positivo en sus vidas como equilibrio moral, emocional y mental, de modo que la aparición de un nuevo miembro en las sesiones podría suponer un resquebrajamiento de este equilibrio, ya que sería un desconocido que estaría irrumpiendo dentro la intimidad de un grupo ya consolidado. En estos casos se tendría que esperar a que más personas decidieran apuntarse a las sesiones creando un nuevo grupo o sino esperar a que el programa se volviera a poner en marcha en otro momento. Una última opción podría ser que los responsables decidieran facilitar algún tipo de información o técnicas a éstos, no obstante, esto quedaría en sus manos y serían ellos los que tomaran la decisión ya que no estarían en la obligación de hacerlo.

#### **4.3.4 Actividades del programa: Objetivos operativos**

Este trabajo es el resultado de un conjunto de estrategias metodológicas que como se ha podido observar incluyen técnicas de tipo cualitativas como también cuantitativas. Su duración sería de unas diez semanas, repartidas en dos sesiones semanales de hora y media cada una. El hecho de que el programa finalice después de unas sesiones, no supone que el individuo vaya a dejar de evolucionar, podrá poner en práctica todo lo aprendido no solo hasta el momento en el que quede en libertad, sino que sobre todo lo podrá hacer desde ese instante en adelante.

Semana	Contenido de sesión
<p style="text-align: center;"><b>Primera</b></p>	<p><i>Sesión uno:</i> Presentación de los integrantes de los grupos, cada miembro se presentará y explicará brevemente por qué ha considerado interesante el programa.</p>
	<p><i>Sesión dos:</i> Los talleres irán dirigidos a la relajación y meditación a través de música tranquila y relajante. Una actividad que pretende impulsar el autoanálisis y que después intentará favorecer la comunicación de las sensaciones y emociones que se les han presentado durante ese ejercicio.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Segunda</b></p>	<p><i>Sesión uno:</i> Tras los talleres de la semana anterior se fomentará la expresión de las emociones mediante los relatos referidos a las vivencias personales de cada uno. Así, se intentará aumentar la empatía de unos con otros.</p>
	<p><i>Sesión dos:</i> Ejercicios de concienciación y sensibilización sobre uno mismo y sobre los compañeros. Conocer cuáles son las preocupaciones y miedos que tienen, qué piensas sobre su futuro, etc.</p>
<p style="text-align: center;"><b>Tercera</b></p>	<p><i>Sesión uno:</i> Actividades en las que hablarán de los grupos musicales que les gustan, cuál es el género musical que escuchan, etc. De esta forma se pretende acercar poco a poco a los asistentes a que den sus opiniones e interactúen los unos con los otros.</p>
	<p><i>Sesión dos:</i> Juegos sobre estilos musicales</p>

	(determinados previamente para cada grupo) que puedan conocer y en los cuales puedan participar correctamente si se relacionan los unos con los otros y se ayudan mutuamente a responder las cuestiones planteadas compartiendo e intercambiando información.
<b>Cuarta</b>	<i>Sesión uno:</i> Ejercicios de creatividad como la improvisación o representación de parte o estrofas de alguna canción seleccionada por ellos.
	<i>Sesión dos:</i> Favorecer la expresión de los sentimientos y emociones mediante la música, componiendo canciones (más concretamente la letra de las canciones) por ejemplo.
<b>Quinta</b>	<i>Sesión uno:</i> Planteamiento de actividades algo más complejas como la enseñanza de las notas musicales, la lectura de un pentagrama musical, o diferentes estrategias para conocer los acordes musicales, los ritmos, etc.
	<i>Sesión dos:</i> Presentación del equipo instrumental (Orff o dependiendo de los conocimientos musicales de los asistentes, otros instrumentos como la guitarra, por ejemplo).
<b>Sexta</b>	<i>Sesión uno:</i> Favorecer el trabajo en equipo, solidaridad y cooperación entre los internos por parte de los que tienen alguna base musical hacia aquellos que pudieran tener problemas debido a su falta de conocimientos armónicos.

	<i>Sesión dos:</i> Elección de la/s canción/es - de forma tranquila y sosegada- que se piensa/n ejecutar el día de la actuación final.
<b>Séptima</b>	<i>Sesión uno:</i> Organización del programa musical, adaptándose a los diferentes grupos y siendo flexibles respecto al orden de actuación, el número de canciones, etc.
	<i>Sesión dos:</i> Ensayo del grupo para la actuación.
<b>Octava</b>	<i>Sesión uno:</i> Jornada musical con invitados como grupos musicales que puedan actuar, dar charlas, etc.
	<i>Sesión dos:</i> Ensayo del grupo para la actuación.
<b>Novena</b>	<i>Sesión uno:</i> Desarrollo de técnicas y estrategias para el control de los impulsos y de las emociones nerviosas ante un acontecimiento importante.
	<i>Sesión dos:</i> Ensayo del grupo para la actuación.
<b>Décima</b>	<i>Sesión uno:</i> Expresión de las emociones vividas desde el comienzo del programa hasta el final del mismo.
	<i>Sesión dos:</i> Ensayo del grupo para la actuación.
	<b>ACTUACIÓN FINAL Y GRABACIÓN AUDIOVISUAL EN CD</b>

Tabla 3. Contenido de las sesiones por cada semana.



#### 4.3.5 Requisitos & Motivación

La educación artística además de desarrollar habilidades motrices, facilita la evolución de las competencias sensitivas o de autoexpresión, como también ayuda en los procesos cognitivos como el pensamiento o la motivación. Precisamente son estas características las que se ven más perjudicadas en esas personas que pasan grandes períodos de tiempo encerrados en un centro donde apenas pueden cultivar su personalidad (Alberdi, y otros, 2010).

Crear una actividad que a primera vista resulte atractiva es esencial para que los internos se interesen por ella, pero con eso no es suficiente. La finalidad de este tipo de programas que se proponen en prisión no se limita al entretenimiento, la pretensión es la de ofrecer herramientas para favorecer el enriquecimiento personal, tanto emocional como cognitiva (Johnson, 2008). Por ello, y como la colaboración de todas las partes es fundamental, en este programa antes de comenzar con los talleres se distribuiría a los individuos unos cuestionarios con los que se intentaría medir cuáles son los objetivos que les interesaría conseguir con el programa, sobre qué suponen que tratarán las distintas sesiones y sobre qué les gustaría a ellos/ellas que tratasen.

De esta manera se pretende conocer las inquietudes de los internos y adaptar en la medida de lo posible el diseño de las actividades a dichos intereses y necesidades. A pesar de que en un principio las sesiones pueden no resultarles demasiado atractivas debido a su naturaleza emocional e íntima, se les anima a continuar en ellas defendiendo su relevancia dentro del desarrollo de la personalidad (Lacárcel Moreno, 2003). Dado que la participación es voluntaria, no podemos olvidar que pueden participar cualquier interno que deseara hacerlo, es decir, con independencia de la edad, género o etnia, el acceso a este programa es libre para todo aquel que estuviera interesado.

Dicho esto, es importante mencionar que este programa en un principio se ha diseñado para establecerse en las instituciones penales masculinas. Esto se debe a que los dos programas anteriores analizados han obtenido muy buenos resultados en estas prisiones y no en las del género femenino. Y es que al parecer las actividades propuestas no resultaban demasiado motivantes o interesantes para las mujeres y éstas tarde o temprano dejaban de participar en las mismas (como es el caso de las sesiones de DRUMBEAT). Por lo tanto, y dado que esta propuesta se ha basado en los modelos de Beats & Bars por un lado y en DRUMBEAT por otro, hemos considerado que lo más

oportuno sería dirigirlo a internos masculinos. En cualquier caso, se podría proponer este programa con alguna que otra variación en el contenido de las actividades y de los talleres para estos supuestos y modificarlos para una mejor adaptación a las necesidades de las mujeres internas.

El diseño de estas escalas de medición, al igual que el diseño de cualquier intervención musical, debe contemplar los condicionantes individuales de cada sujeto encarcelado (Pastor Comín & Rodríguez Yagüe, *Música en prisión: modelos de intervención didáctica*, 2013). Para ello sería recomendable poder hacer un seguimiento previo de todos aquellos que hubieran dado su nombre antes de comenzar con las sesiones, de tal manera se pretendería observar si provienen o no de una estructura familiar poco estable, si han tenido a lo largo de su vida recursos sociales y económicos, su autoestima, el tipo de regulación emocional que tienen, poco control de los impulsos o agresividad, etc.

La música, tal y como se menciona en “*Where Music Helps: Community music therapy in action and reflection*”, tiene la capacidad de ayudar al interno a encontrar su propia voz, sentirse parte de un grupo, identificarse con ellos, aceptar las críticas y dar sus propios comentarios. Además el sentido de pertenencia a un grupo supone un apoyo extra que puede llegar a ser fundamental para no recaer en una vida problemática, puede aportar alternativas a una conducta inapropiada... En definitiva, puede hacerle creer que merece algo más que limitarse a lo que ya conoce, que puede aprender, evolucionar y cambiar su forma de vida (Stige, Ansdell, Elefant, & Pavlicevic, 2010). El sentirse respetado por el resto del grupo y por el personal fomentará el interés por acudir a los talleres y no solo eso, sino que además facilitará la creación de puentes sociales que ayudarán a entablar relaciones, aumentará la confianza entre ellos y de esta forma podrán establecerse nuevas amistades.

En este sentido, es importante examinar qué herramientas son las óptimas para que los hombres tengan la oportunidad de alcanzar los mejores resultados posibles en las distintas competencias que hemos ido mencionando a lo largo de todo este proyecto. Para ello debemos profundizar en cuáles son los aspectos tímbricos, tonales o dinámicos que pueden ayudar en el desarrollo de una actividad tanto artística como personal.

#### 4.3.6 Métodos musicales (improvisación, instrumentos, composición, coros, etc.)

En la actualidad, el progreso hacia la superación personal puede darse a través de distintas técnicas, pero en este apartado nos centraremos únicamente al desarrollo de actividades musicales como las herramientas que ayudan a los internos de diferentes centros penitenciarios a valorar y desarrollar la capacidad para integrar una serie de habilidades que puedan acompañarlos en su período de internamiento como en su proceso de reinserción social.

Antes que nada cabe destacar que la educación musical no puede ser entendida de la misma forma cuando es dirigida a niños/niñas o cuando lo es para personas adultas. Los intereses y motivaciones son muy diferentes, como tampoco es igual la forma en la que ambas partes asimilan nueva información, de tal manera que ni la forma en la que se plantean las actividades ni el contenido que se imparte en ellas puede ser la misma. Tal y como lo entendía Dalcroze, el aprendizaje del lenguaje musical para adultos se basa, principalmente, en la rítmica (Vernia Carrasco, 2012), aunque existen otros autores que consideran que además del ritmo, otros elementos imprescindibles son la afinación y la tonalidad.

En cualquier caso, al constituir un ejercicio de aprendizaje y conocimiento todas las actividades musicales deben tener una estructura organizada, un horario establecido con determinados propósitos, etc. De esta forma se facilita a que el alumno, en este caso, un interno en un centro penitenciario, se familiarice con las pautas de asistencia, compromiso e implicación. Pueden darse supuestos en los que algunos de los asistentes tengan unos conocimientos musicales previos y que consideren el programa como un taller útil para mejorar sus estudios, lo cual los diferenciaría de aquellos que no tienen ningún tipo de base. En estos casos y siempre que ambos casos coincidan en el mismo grupo y surgiera alguna duda sobre el contenido de la clase musical, se intentaría motivar a los alumnos para que se ayudaran los unos a los otros.

Atendiendo a lo anterior, subrayaremos las actividades más beneficiosas para los internos que se han presentado en Beats & Bars y DRUMBEAT, todas ellas aptas para todas las personas que quieran tomar parte en las mismas, con o sin conocimientos musicales. Asimismo propondremos algunas actividades nuevas que podrían resultar muy favorables y que hasta ahora no han sido tenidas en cuenta.

- Planteamiento de ejecutar canciones con instrumental Orff, es decir, con instrumentos de percusión tales como timbales, xilófonos, tambores, panderetas, maracas, etc. que ayudará a que aumente su capacidad de concentración y coordinación (manteniendo la atención sobre lo que hacen sus compañeros y no equivocarse en el ritmo, por ejemplo)
- Escuchar música como herramienta de relajación, inspiración, o meditación.
- Cantar, tanto como coro, como grupo más reducido o como uno solo, no solo como medio de expresión de sentimientos, sino como herramienta que enriquezca la identidad de cada uno
- Desarrollar actividades de improvisación y composición (tanto melódica como lírica) que puedan ser el reflejo de sus emociones
- Llevar a cabo ejercicios más complejos a medida que van pasando las semanas, de tal manera que su autoestima y capacidad de resolver conflictos se vea potenciada por la consecución de las mismas
- Jornadas a las que acudirán grupos musicales con sus respectivas actuaciones
- Conferencias/charlas sobre la música, la industria musical, historia de la música, etc.
- Actuación final, para que los hombres puedan experimentar y afrontar el miedo, estrés y ansiedad previos a un concierto, reconfortados por la sensación de satisfacción, logro y orgullo por algo que ha surgido fruto de su esfuerzo, constancia y compañerismo, y ver al mismo tiempo cómo el resto de asistentes al concierto valoran su trabajo
- Se les propondrá que describan positivamente en pocas palabras a cada uno de sus compañeros y a su actuación. Así se ayudarán los unos a los otros sobre el conocimiento de aptitudes de unos mismos que quizás no sabían que tenían, ayudando no solo en la mejora de su autoestima y autoconfianza, sino también en la autocrítica.

Estas actividades musicales, entre otras, serán preestablecidas cada una para una sesión determinada (Tabla 3) y serán supervisadas por el personal del programa para que puedan observar los cambios en los comportamientos de los asistentes, ayudar en las dudas que pudieran surgir respecto al funcionamiento de algún ejercicio o para atender a las quejas o propuestas que los hombres pudieran tener respecto a la manera en la que se les ha sido planteado un determinado taller. Como hemos venido diciendo,

con independencia de las recompensas que la música pueda proporcionar, existe una idea generalizada sobre su importancia y eficacia para la reinserción del interno en la sociedad porque favorece a que éstos tengan un mayor interés sobre otros procesos de aprendizaje, aporta una mayor capacidad de sensibilización de la persona y además de aumentar la expresión de las emociones lo faculta para la aceptación del otro como compañero (McNeill, Anderson, Colvin, Ovey, Sparks, & Tett, *Inspiring Desistance? Arts projects and what works?*, 2011).

Todos estos factores intervienen directamente en el principio de convivencia, mejoran los comportamientos de los internos y se intensifica la comunicación entre ellos, lo cual beneficia a toda la población reclusa. La educación musical dirigida a adultos en una situación privativa de libertad, debe analizar cada grupo, pero sobre todo tiene que examinar cada caso particular. La mayoría pertenecen a comunidades de especial exclusión, han sido discriminados y estigmatizados por un número considerable de la sociedad a lo largo de muchos años y eso dificulta aún más su integración social tras haber estado en prisión (Vernia Carrasco, 2012). De esta forma, fomentando las relaciones sociales mediante la música, no solo se permite un desarrollo personal saludable, sino que el conjunto de todos estos procesos contribuiría en la reducción de los factores de reincidencia.

Respecto a la formación de la plantilla que dirigirá las sesiones, se establecerá que éstos tengan alguna titulación o curso relacionado con la pedagogía musical, la psicología o la inteligencia emocional, por ejemplo, ya que teniendo en cuenta el ámbito en el que se lleva a cabo el programa, con saber solfeo o armonía no es suficiente. Dicho esto, actualmente existen institutos especializados como el MAP (Música, Arte y Proceso) por ejemplo, que organizan cursos formativos musicales para casos de tratamiento excepcionales, másteres en musicoterapia, etc. Los responsables de las actividades deben tener la capacidad para observar las aportaciones de todas las partes implicadas (las suyas inclusive) y guiar al grupo hacia un nuevo proceso.

En definitiva la combinación de las distintas técnicas musicales proporcionaría un cambio positivo en la población penitenciaria tanto a nivel emocional, psicológico como conductual. No obstante, no se debe olvidar que aunque estas herramientas son muy eficaces, necesitan de las primeras sesiones terapéuticas para ayudar lo máximo

posible a que los internos puedan alcanzar nuevas habilidades una vez comprendido por uno mismo cuáles son sus necesidades y cuáles son sus objetivos.

#### **4.3.7 Proceso de evaluación de la eficacia del programa**

Para la evaluación de una intervención artística de estas características se analizará con detalle el progreso de los internos durante el mismo teniendo en cuenta los resultados obtenidos en el transcurso de las sesiones y en el desarrollo del acercamiento entre los propios internos y entre éstos y los responsables del programa y los funcionarios de las prisiones (Villamarín Fernández, 2004). Sería interesante destacar que para evaluar el efecto del programa a largo plazo y observar si las cuestiones aprendidas se siguen aplicando, convendría formular una serie de preguntas a los participantes que desearan colaborar una vez más y después contrarrestar la información con los funcionarios, educadores de otras actividades, familiares o incluso compañeros de módulo.

De esta manera podríamos conocer la incidencia real que ha tenido nuestro programa y su efecto en la vida y comportamiento de las personas y en la manera en la que la música les ha podido ayudar en el desarrollo personal como instrumento fundamental para su reinserción social.

##### **4.3.7.1 Técnicas de recogida de datos**

La evaluación del programa procurará ajustarse a las características tanto individuales como grupales de los internos para así poder conocer de primera mano cuáles son los objetivos que persiguen acudiendo a las sesiones. Para ello, se establecen una serie de protocolos de obligado cumplimiento antes de comenzar a aplicar el programa. Éstos consisten en la aprobación por el Comité de Ética del contenido de los cuestionarios que se les va a presentar y sobre el contenido de los talleres. Una vez se obtenga la confirmación, se deberá solicitar por escrito a los internos un informe de consentimiento en el cual quede registrado que acude al programa por propia voluntad.

Como ya se ha mencionado con anterioridad, las estrategias han sido clasificadas en: observación directa, entrevistas o la recogida de información de manera indirecta, entre otros. El proceso de evaluación parte de una base de observación del interno a lo largo de las 10 semanas de duración del programa, dos veces por semana, durante hora y media. Dos días antes de comenzar con las sesiones, se les distribuyen unos

cuestionarios en los que se les pregunta qué es lo que esperan conseguir acudiendo a esas actividades, es decir, cuál es su propósito. Del mismo modo, al finalizar las sesiones se les repartirá otro cuestionario en el que se les harán una serie de preguntas sobre las impresiones que puedan tener respecto al programa, si consideran que les ha ayudado en algo, si ha cambiado su forma de pensar o de actuar, etc. Finalmente se les facilitará un tercer cuestionario cuatro meses después de haber finalizado el proyecto para analizar si los valores que se intentaron inculcar en las distintas prácticas siguen aplicándose o no.

La evaluación se diferenciará en dos apartados:

- Métodos cualitativos: los datos sobre las anotaciones realizadas durante el proceso de observación, debate o conversación e información obtenida a través de los funcionarios o familiares que aportan la experiencia de cómo lo están viviendo ellos
- Metodología cuantitativa: los datos obtenidos mediante las distintas escalas de valoración (de la autoestima, motivación, bienestar personal, etc.)

A través de las técnicas cualitativas, los resultados se pueden obtener de una manera más rápida y directa puesto que se pueden apreciar visualmente o mediante entrevistas los cambios de las personas de una sesión a otra. Sin embargo, la estrategia cuantitativa nos puede dar valores más exactos sobre cuál es la influencia real del programa en los participantes, aunque solo pueda saberse una vez se analicen los cuestionarios repartidos.

Todas las escalas o cuestionarios relativos a los objetivos específicos planteados o relacionados con el programa se plantearán en tres ocasiones: dos días antes del comienzo del programa, en el momento de finalización del programa y cuatro meses después de haber completado los talleres. Para ello, previamente se realizará una selección de las herramientas que se van a emplear para cada uno de los propósitos (la selección de estas técnicas ha sido evaluada por las buenas críticas que han recibido y por los buenos resultados que se han obtenido tras su empleo en varias investigaciones).

- Para analizar los cambios de la autoestima y la sensación de autoeficacia se utilizará la “*Escala de autoestima de Rosenberg*” (Anexo 4)

- Para medir los niveles de cooperación y empatía se empleará el “*Índice de Respuesta/Reactividad Interpersonal (IRI)*” (Anexo 5)
- Para observar si se han dado cambios en su personalidad, si existe un aumento de la responsabilidad de las propias decisiones, etc. se aplicará el “*Cuestionario Exploratorio de Personalidad III (también conocido como CEPER-III)*” (Anexo 6)
- Para observar la comunicación de sus emociones e interacción con sus compañeros para afrontar la ansiedad y preocupaciones, se aplicará el “*Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)*” (Anexo 7)
- Para comparar los niveles de tolerancia y control de los impulsos se utilizará la “*Escala de Impulsividad de Barratt (BIS-11)*” (Anexo 8)
- Para la evaluación de la agresividad y de resolución de conflictos en prisión se dispondrá de la “*Guía de Valoración del Riesgo de Violencia (VRAG)*” (Anexo 9)

Asimismo, para conocer datos sobre el efecto que pudieran estar apreciando otras personas (como familiares, funcionarios u otros compañeros de prisión, por ejemplo) se proponen las entrevistas o llamadas telefónicas u otro tipo de medios por los que se pueda comunicar con las personas que no se encuentran en el centro, como es el caso de muchos familiares.

Considerando que la asistencia a este programa es voluntaria, cabe la posibilidad de que la evaluación de algún grupo pueda verse afectada por la dispersión del mismo, es decir, puede darse el caso de que algunos internos dejen de asistir a las sesiones, lo cual puede influir en el estado de ánimo del grupo o en la manera en la que se comprometen éstos al mismo. No obstante, los talleres seguirán su curso y se les recordará a los asistentes que podrán abandonar el programa en el momento en el que consideren oportuno.

Una vez son recogidos todos los datos que componen las herramientas de medición de la conducta y las de medición de contenido musical, se realizará un análisis de la información obtenida y se llegarán a unas conclusiones respecto a la efectividad o falta de la misma del programa. Se recopilarán todos los datos posibles y se intentará completar un informe teniendo en cuenta categorías tales como la edad, la duración de la condena, la raza o la religión, por ejemplo. De esta forma se intentará favorecer la



capacidad de resiliencia de los hombres y se procurará tomar nota para futuras intervenciones sobre qué talleres o actividades pueden contribuir al buen funcionamiento y atmósfera en prisión y sobre todo a la comunicación entre los internos y la creación y mejora de las relaciones.

## **5 Conclusiones y recomendaciones**

Con la elaboración del presente trabajo hemos intentado reflejar varias de las propiedades que le son inherentes a la música y que como hemos podido observar, resultan muy favorecedoras para el ser humano tanto a nivel personal como en lo que a sus competencias sociales se refiere. A pesar de que desde principios de siglo XX la educación artística ha supuesto una técnica ampliamente desarrollada en las distintas prisiones de gran parte del mundo, parece ser que los talleres de pintura, las manualidades o la visualización de una película no proporcionan a los internos tantos beneficios como puede hacerlo la música.

Por ello, mediante esta monografía hemos querido mostrar los aspectos más generales de la música para así poder llegar a comprender por qué podría funcionar una intervención de estas características dentro de un centro penitenciario. El planteamiento que varios programas han presentado sobre la educación artística (más concretamente la musical) han podido confirmar -como ha sido el caso de Beats & Bars y DRUMBEAT- que las técnicas armónicas y rítmicas son realmente beneficiosas para los internos. Esta nueva perspectiva, además, es una clara alternativa hacia el cambio social, ya que proporciona a los internos una serie de competencias que lo ayudan en su proceso de inclusión o en cualquier otro tipo de obstáculo que se le pudiera presentar a lo largo de su vida.

Partiendo de lo emocionalmente frustrante que debe resultar vivir dentro de una prisión, el hecho que haya personas que decidan participar voluntariamente en una actividad de este tipo, cuya metodología combina la música con el desarrollo sensitivo, merece ser señalado. La autoexpresión, la comunicación entre las personas, la expresión de los sentimientos y preocupaciones... surge como el resultado de la combinación entre lo entretenido y didáctico. Este tipo de actividades al tener como base principal el respeto mutuo, tal y como hemos podido apreciar, favorece la reducción de la deshumanización a la que se han visto sometidos por una gran parte de la sociedad,

disminuye la desigualdad y otros problemas como la exclusión social, la estigmatización o los prejuicios, mientras que fomenta las relaciones intra e intergrupales.

La música puede presentarse como un elemento que permite al interno experimentar y conocer un modelo de vida diferente al que conocía, que favorece la integración de pautas sociales y como estrategia de construcción de vínculos entre las personas. Mediante este tipo de técnicas se ha pretendido inculcar a los internos pautas de resolución de conflictos, afrontamiento ante los problemas, capacidad para superar el rechazo, etc. y así se le intenta preparar para la vuelta a la libertad, con las competencias necesarias para intentar no volver a reincidir.

En definitiva, un programa de intervención musical dirigido a los internos en instituciones penitenciarias podría mejorar las habilidades sociales y conductuales de los mismos, tales como la tolerancia, el respeto, la empatía, la interculturalidad o la comunicación, por ejemplo. Asimismo, tiene la capacidad de aumentar el nivel de responsabilidad con el que una persona se pueda comprometer a una serie de obligaciones como la de acudir a los ensayos para llevar a cabo una gran actuación final con su grupo de música, entre otros. Y de esta forma mejoran las relaciones entre los internos y al mismo tiempo su autoestima.

Es por todo ello por lo que nos ha resultado muy interesante todo el proceso de análisis y evaluación previa al diseño y elaboración de nuestro propio programa, ya que consideramos necesario el estudio de ambas partes para poder determinar mejor qué procedimiento debería seguir. No obstante, pensamos que sería de gran interés continuar con la investigación sobre las propiedades de la utilización de esta práctica en las cárceles como vía de integración social. Además, nos gustaría saber cuál es la razón por la que este tipo de programas no han obtenido los mismos resultados en las prisiones para hombres y en las prisiones para mujeres.

La música puede ser un instrumento muy eficaz para la convivencia social, gracias a su capacidad de fomentar el cambio y de ofrecer nuevas formas de expresión. Como hemos logrado observar a lo largo de todo este trabajo, la música puede ayudar a las personas a cambiar su comportamiento agresivo por alguno menos impulsivo y tranquilo, puede aportar competencias que nos hacen recapacitar sobre nuestras propias decisiones, influyendo así en nuestro bienestar personal y social.

Todos nosotros somos seres sociales por naturaleza y por esa razón necesitamos comunicarnos con el resto de las personas que se encuentran en nuestro alrededor, conocer las diferencias que existen entre los unos y los otros e intentar comprenderlas. A pesar de estar privados de libertad, todos los internos siguen siendo personas, y necesitan adquirir una serie de destrezas y conocimientos que van a ayudarles a integrarse en los grupos con los que se identificarán en mayor o menor medida. Por ello destacamos la relevancia que tienen este tipo de técnicas para que estas personas puedan crecer tanto a nivel personal como social.

La reinserción social del individuo ha sido siempre un tema de gran relevancia social sobre el cual se ha intentado investigar y profundizar para intentar diseñar herramientas y técnicas que pudieran ayudar en ello. Se han dado avances, pero también se han encontrado dificultades, por ello, consideramos que es necesario seguir investigando sobre este tema para poder diseñar métodos de intervención que en conjunto pudieran aportar una serie de elementos claves necesarios para garantizar el éxito en la resocialización de los internos.

## 6 Bibliografía

- Alberdi, A., Alsina, M., Alsina, P., Arriaga, C., Flores, S., Giráldez, A., y otros. (2010). *Música: Complementos de formación disciplinar*. Barcelona: Graó.
- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 7-43.
- Bogucki, D., & Fox, M. (4 de Abril de 2005). *Computer-aided music distribution: The future of selection, retrieval and transmission*. Obtenido de First Monday: Peer-reviewed Journal on the Internet:  
<http://firstmonday.org/ojs/index.php/fm/article/view/1220/1140>
- Boso, M., Emanuele, E., Minazzi, V., Abbamonte, M., & Politi, P. (2007). Effect of Long-Term Interactive Music Therapy on Behavior Profile and Musical Skills in Young Adults with Severe Autism. *The Journal of alternative and complementary medicine*, 709-712.
- Cox, A., & Gelsthorpe, L. (2008). *Beats & Bars, Music in Prisons: an evaluation*. London: The Irene Taylor Trust.
- Cross, I., & Woodruff, G. (2009). Music as a communicative medium. (O. U. Press, Ed.) *The prehistory of language*, 1, 113-144.
- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. UNESCO: Santillana.
- Díaz, J. (2010). Música, lenguaje y emoción: una aproximación cerebral. *Salud Mental*, 33(6), 543-551.
- Dunbar, R. (2004). *The Human Story: A new history of mankind's evolution*. Londres: Faber and Faber.
- Escudé, C., & Collell, J. (2003). L'educació emocional. *Revista dels mestres de la Garrotxa*, 8-10.
- Eschen, J. (2002). *Analytical Music Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Gabrielsson, A., & Lindström Wik, S. (2003). Strong experiences related to music: a descriptive system. *Musicae Scientiae*, 157-217.
- Hagen, E., & Bryant, G. (2003). Music and dance as a coalition signaling system. *Human Nature*, 21-51.
- Hallam Susan, Cross, I., & Thaut, M. (2009). *The Oxford Handbook of Music Psychology*. S.L.: Oxford University Press.

- Hernández Bravo, J., Hernández Bravo, J., & Milán Arellano, M. (2010). Actividades creativas en educación musical: la composición musical grupal. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*(25), 11-23.
- Hughes, J., Miles, A., & McLewin, A. (2005). *Doing the Arts Justice. A Review of Research Literature, Practice and Theory*. Canterbury: The Unit for the Arts and Offenders, Centre for Applied Theatre Research.
- Hurry, J., Brazier, L., & Wilson, A. (2009). Improving the literacy and numeracy of young offenders. En S. Reder, & J. Bynner, *Tracking adult literacy and numeracy skills: findings from longitudinal research* (págs. 261-280). New York: Routledge.
- Johnson, M. (2008). A Place for Art in Prison: Art as a Tool for Rehabilitation and Management. *Southwest Journal of Criminal Justice*, 100-120.
- Jones, M., Fay, R., & Popper, A. (2010). *Music Perception*. New York: Springer.
- Koelsch, S. (2009). A Neuroscientific Perspective on Music Therapy. *New York Academy of Sciences*, 374-384.
- Lacárcel Moreno, J. (2003). Psicología de la música y emoción musical. *Educatio*, 213-225.
- Lee, S., Mulvey, R., Tily, J., Jones, H., & Bowyer, L. (16 de Marzo de 2016). *Music in prisons: Making tracks sounding out*. Obtenido de Creating Music. Transforming futures.: <http://irenetaylortrust.com/>
- Martin, K., Wood, L., Tasker, J., & Coletsis, C. (2014). *The Impact of Holyoake's DRUMBEAT Program on Prisoner Wellbeing in Western Australian Prisons*. Crawley: The University of Western Australia.
- Matos, R. (2006). La práctica de la reflexión durante el aprendizaje de un instrumento musical. *Revista de Investigación*, 65-88.
- McNeill, F., Anderson, K., Colvin, S., Ovey, K., Sparks, R., & Tett, L. (2011). Inspiring Desistance? Arts projects and what works? *Justitiele verkenningen*, 80-101.
- Merriam, A. (1964). *The Anthropology of Music*. Evanston, Illinois: Northwestern University Press.
- Pascual-Leone, A., Dang, N., Cammarota, A., Hallett, M., Cohen, L., & Brasil-Neto, J. (September de 1995). Modulation of muscle responses evoked by transcranial magnetic stimulation during the acquisition of new fine motor skills. *Journal of Neurophysiology*, 74(3), 1037-1044.
- Pastor Comín, J. (2013). Músicas urbanas y experiencia carcelaria. Aspectos jurídicos y nuevas reflexiones sobre identidad y educación en prisión. *Musiker*, 363-379.

- Pastor Comin, J., & Rodríguez Yagüe, C. (2013). Educación en prisión y reinserción social: La intervención musical desde un paradigma cognitivo-conductual. *Educatio Siglo XXI*, 31(2), 347-366.
- Pastor Comín, J., & Rodríguez Yagüe, C. (2013). Música en prisión: modelos de intervención didáctica. *Música y Educación*, 48-62.
- Penitenciarias, S. G. (2010). *El Sistema Penitenciario Español*. Madrid: Secretaría General de Instituciones Penitenciarias.
- Sánchez Vidal, A. (2002). *Psicología Social aplicada: teoría, método y práctica*. Madrid: Pearson Educación S.A.
- Schlaug, G., Jäncke, L., Huang, Y., & Steinmetz, H. (1995). In vivo evidence of structural brain asymmetry in musicians. *Science*, 699-701.
- Sfard, A., & Prusak, A. (2005). Telling Identities: In Search of an Analytic Tool for Investigating Learning as a Culturally Shaped Activity. *Educational Researcher*, 14-22.
- Soria-Urios, G., Duque, P., & García-Moreno, J. (2011). Musica y cerebro (II): evidencias cerebrales del entrenamiento musical. *Revista de Neurología*, 739-746.
- Soria-Urios, G., Duque, P., & García-Moreno, J. (2011). Música y cerebro: fundamentos neurocientíficos y trastornos musicales. *Neurología*, 52, 45-55.
- Stige, B., Ansdell, G., Elefant, C., & Pavlicevic, M. (2010). *Where music helps: Community music therapy in action and reflection*. Gran Bretaña: Asghate.
- Tett, L., Anderson, K., Mcneill, F., Overy, K., & Sparks, R. (2012). Learning, rehabilitation and the arts in prisons: a Scottish case study. *Studies in the Education of Adults*, 44(2), 171-185.
- Vernia Carrasco, A. (2012). Lenguaje musical para adultos ¿Una tarea diferente? *Decisio*, 47-52.
- Villamarín Fernández, E. (2004). *Intervención artística en el medio penitenciario: "el arte como reinserción social"*. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- Wallin, N., Merker, B., & Brown, S. (2000). *The Origins of Music*. Cambridge: MIT Press.
- Welch, G. (2006). Singing and vocal development. *The Child as Musician: a handbook of music development*, 311-329.
- Williams, R.-C. (2003). *Teaching the Arts behind Bars*. Boston: Northeastern University Press.



THE UNIVERSITY OF  
WESTERN AUSTRALIA  
*Achieve International Excellence*

**TIME 1**

**FINAL Pre-program Survey Version: MARCH 2013**

**DRUMBEAT EVALUATION**

The University of Western Australia is using this survey to find out about the impact of a program on the wellbeing of people in prisons.

Thank you for agreeing to complete this survey. We are very interested in what you have to say.

Your answers will kept confidential, and you name will not be used in any report.

**Instructions**



If you make a mistake, cross out the mistake and tick or write your new answer.



This is not a test and there are no right or wrong answers.



Please answer all the questions as honestly as you can.



If you don't want to answer any questions or do not want to complete the whole survey, you don't have to.



If you have any questions about the survey, please ask.

**Thank you for your help.**

**PLEASE FILL IN YOUR DETAILS**

1. What are your initials?

2. What is your gender (please circle)?

Male 0

Female 1

3. What is your date of birth?                    \_\_ \_\_ / \_\_ \_\_ / 19 \_\_ \_\_

4. Are you of Aboriginal and/or Torres Strait Islander descent (please circle)?

No 0

Yes 1

5. a) Are you participating in any programs other than DRUMBEAT in the prison (for example Pathways- please circle)?

No 0

Yes 1

b) If yes, which program/s \_\_\_\_\_

6. a) Have you been in prison before (please circle)?

No 0

Yes 1

b) If yes, how many times have you been in prison not including this time?

\_\_\_\_\_ times

7. How long is your current sentence?

\_\_\_\_\_ years \_\_\_\_\_ months

8. How long have you served of this sentence so far?

\_\_\_\_\_ years \_\_\_\_\_ months



## A.

Below are some statements about feelings and thoughts.

Please circle the number that best describes your experience over the last 2 weeks.

Circle only <u>ONE</u> number for each statement.		None of the time	Rarely	Some of the time	Often	All of the time
1.	I've been feeling optimistic (positive) about the future.	1	2	3	4	5
2.	I've been feeling useful.	1	2	3	4	5
3.	I've been feeling relaxed.	1	2	3	4	5
4.	I've been feeling interested in other people.	1	2	3	4	5
5.	I've had energy to spare.	1	2	3	4	5
6.	I've been dealing with problems well.	1	2	3	4	5
7.	I've been thinking clearly.	1	2	3	4	5
8.	I've been feeling good about myself.	1	2	3	4	5
9.	I've been feeling close to other people.	1	2	3	4	5
10.	I've been feeling confident.	1	2	3	4	5
11.	I've been able to make up my own mind about things.	1	2	3	4	5
12.	I've been feeling loved.	1	2	3	4	5
13.	I've been interested in new things.	1	2	3	4	5
14.	I've been feeling cheerful.	1	2	3	4	5

**B.**

The following questions ask about how you have been feeling during the **past 30 days**. For each question please circle the number that best describes how often you had this feeling.

During the past 30 days, about how often did you feel....	None of the time	A little of the time	Some of the time	Most of the time	All of the time
1. ....nervous?	1	2	3	4	5
2. ....hopeless?	1	2	3	4	5
3. ....restless or fidgety?	1	2	3	4	5
4. .... so depressed that nothing could cheer you up?	1	2	3	4	5
5. .... that everything was an effort?	1	2	3	4	5

## Participant Pre-program survey

## C.

Circle the number which best indicates your feelings about that statement. For example, if you strongly disagree with a statement, circle "1". If you are neutral, circle "4", and if you strongly agree, circle "5", etc. There are no wrong answers.

Circle the number in the appropriate column	Strongly disagree				Strongly agree
1. I usually manage one way or another.	1	2	3	4	5
2. I feel proud that I have accomplished things in life	1	2	3	4	5
3. I usually take things in my stride.	1	2	3	4	5
4. I am friends with myself.	1	2	3	4	5
5. I feel that I can handle many things at a time	1	2	3	4	5
6. I am determined.	1	2	3	4	5
7. I can get through difficult times because I've experienced difficulty before.	1	2	3	4	5
8. I have self-discipline	1	2	3	4	5
9. I keep interested in things	1	2	3	4	5
10. I can usually find something to laugh about.	1	2	3	4	5
11. My belief in myself gets me through hard times.	1	2	3	4	5
12. In an emergency, I'm someone people can generally rely on.	1	2	3	4	5
13. My life has meaning.	1	2	3	4	5
14. When I'm in a difficult situation, I can usually find my way out of it.	1	2	3	4	5

**D.**

Circle the number which best indicates your feelings about that statement. For example, if you strongly disagree with a statement, circle "1". If you are neutral, circle "3", and if you strongly agree, circle "5", etc. There are no wrong answers.

	Strongly disagree				Strongly agree
1. My overall physical health (the health of my body) is good	1	2	3	4	5
2. I often feel stressed or worried	1	2	3	4	5
3. I am getting along well with my family	1	2	3	4	5
4. I am getting along well with my friends	1	2	3	4	5
5. I find it easy to ask for advice or help if I have a personal problem	1	2	3	4	5
6. I enjoy being part of a team or group	1	2	3	4	5
7. I feel safe talking about myself in a group	1	2	3	4	5
8. I feel comfortable sharing my problems or worries with other people	1	2	3	4	5
9. I feel comfortable talking about my relationships in a group	1	2	3	4	5
10. I have the confidence to give new things a go	1	2	3	4	5
11. I feel proud of myself when I learn something new	1	2	3	4	5

**Post-program survey\***

\*This is the last page of the post-program survey – the additional pages of the survey are as above (sections ‘A’ – ‘D’ of the pre-program survey)

<b>Program Feedback</b>						
Circle the number which best indicates your feelings about that statement.						
		<b>Strongly disagree</b>			<b>Strongly agree</b>	
1	My input was encouraged in sessions	1	2	3	4	5
2	I felt part of a team while doing DRUMBEAT	1	2	3	4	5
3	The drumming skills I have learnt in DRUMBEAT have helped me to feel good about myself	1	2	3	4	5
4	I find some problems easier to work through since doing DRUMBEAT	1	2	3	4	5
5	I feel more responsible for my behaviour since doing DRUMBEAT	1	2	3	4	5
6	I now have a better understanding of the skills needed to have good relationships with others	1	2	3	4	5
7	DRUMBEAT has assisted with improving my relationships with other prisoners	1	2	3	4	5
8	DRUMBEAT has assisted with improving my relationships with prison staff	1	2	3	4	5
9	Since doing DRUMBEAT I aim for more harmony in my relationships	1	2	3	4	5
10	DRUMBEAT has helped me identify the importance of having values	1	2	3	4	5
11	DRUMBEAT has helped me learn about myself	1	2	3	4	5
12	I will pass on some of what I have learnt though DRUMBEAT to other prisoners, friends or family	1	2	3	4	5
13	I would recommend the DRUMBEAT Program to others	1	2	3	4	5
14	The 3 main things DRUMBEAT has helped me with are:  _____  _____  _____					
15	Any other comments you have about DRUMBEAT (if you run out of room write on back)  _____					

\*These are the final pages of the three month follow up survey – the additional pages of the survey are as above (sections ‘A’ – ‘D’ of the pre-program survey)

Impact						
Please indicated how much you agree or disagree with the following. no right or wrong answers.						There are
Please circle only <u>ONE</u> number for each statement.					Strongly disagree	Strongly agree
1.	DRUMBEAT has had a lasting effect on how I think about relationships	1	2	3	4	5
2.	I have felt calmer since doing DRUMBEAT	1	2	3	4	5
3.	DRUMBEAT has helped me to be more understanding of other people's situations	1	2	3	4	5
4.	DRUMBEAT has had a lasting impact on how I behave	1	2	3	4	5
5.	I communicate better with other people since doing DRUMBEAT	1	2	3	4	5
6.	DRUMBEAT helped me to develop skills in team work	1	2	3	4	5
7.	Through DRUMBEAT I have got to know people I can talk to	1	2	3	4	5
8.	I will use some of what I have learnt through DRUMBEAT when I am released from prison	1	2	3	4	5

\*These are the final pages of the three month follow up survey – the additional pages of the survey are as above (sections ‘A’ – ‘D’ of the pre-program survey)

INPUT
Please let us know if DRUMBEAT has made any lasting changes to you
1. You may have noticed some changes in how you feel or think about things since doing DRUMBEAT. If so, what is the <b>most important change you have noticed</b> ?
2. Being part of DRUMBEAT may have helped you <b>develop skills in communication or relationship building</b> , if so what skills have you learnt?
3. Some programs have an impact on how people <b>behave</b> . If DRUMBEAT has changed your behaviour, <b>what is a lasting change you have noticed</b> ?
4. Please write any <b>other comments</b> you have about DRUMBEAT ?

**ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG**

**Indicación:** Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

**Codificación proceso:** 1.1.1.2.1.4. Autoestima (CIPE- $\alpha$ ).

**Administración:** La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Autoadministrada.

**Interpretación:**

De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1. De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

**De 30 a 40 puntos:** Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.

**De 26 a 29 puntos:** Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.

**Menos de 25 puntos:** Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

**Propiedades psicométricas** La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escalas se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,80

**ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG**

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

	A	B	C	D
1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.				
2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.				
3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a.				
5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a.				
6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.				
7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.				
8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo.				
9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.				
10. A veces creo que no soy buena persona.				



**Anexo E**

**IRI. Índice de Reactividad Interpersonal (Davis, 1980, 1983).**  
 (Adaptado al español por Pérez-Albéniz, de Paúl, Etxeberría, Paz Montes y Torres, 2003)

Las siguientes afirmaciones intentan conocer sus pensamientos y sentimientos en diversas situaciones. En cada una, indique hasta qué punto lo describe señalando con una cruz el número más apropiado.

Conteste de la manera más honesta y precisa que pueda. **Gracias.**

**Cómo puntuar:** Deberá decidir si las afirmaciones lo describen:

5	4	3	2	1
Muy Bien	Bastante Bien	Regular	Algo Bien	Nada Bien

AFIRMACIONES	5	4	3	2	1
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					

## Apéndice

Código: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Mujer  Hombre  Estudios/Profesión: \_\_\_\_\_

### CUESTIONARIO EXPLORATORIO DE PERSONALIDAD III (CEPER-III)

(Caballo, Guillén, Salazar e Irurtia, 2011)

Responde señalando con un aspa (X) en la casilla correspondiente en la hoja de respuestas el grado en que cada uno de los comportamientos, pensamientos o sentimientos incluidos en el cuestionario son característicos o propios de ti, siguiendo la siguiente puntuación:

- 1= *Nada* característico de mí
- 2= *Muy poco* característico de mí
- 3= *Poco* característico de mí
- 4= *Moderadamente* característico de mí
- 5= *Bastante* característico de mí
- 6= *Muy* característico de mí
- 7= *Totalmente* característico de mí

La información del cuestionario es *absolutamente confidencial* y sólo se utilizará con fines de investigación.

1. Creo que hay personas que intentan aprovecharse de mis ideas o de lo que hago para su propio beneficio.	1	2	3	4	5	6	7
2. No me atraen las fiestas ni las reuniones sociales.	1	2	3	4	5	6	7
3. Con frecuencia tengo pensamientos extraños de los que me gustaría poder librarme.	1	2	3	4	5	6	7
4. Cuando quiero algo intento conseguirlo como sea, sin importar si alguien sale perjudicado.	1	2	3	4	5	6	7
5. A veces tengo explosiones de ira o de cólera que no puedo controlar.	1	2	3	4	5	6	7
6. Cuando estoy en reuniones sociales me gusta llamar la atención, que la gente se fije en mí.	1	2	3	4	5	6	7
7. Considero que mi inteligencia es superior a la de la mayoría.	1	2	3	4	5	6	7
8. Soy una persona tímida que habitualmente le cuesta establecer relaciones con los demás.	1	2	3	4	5	6	7
9. Me encuentro cómodo/a cuando los demás toman decisiones importantes por mí.	1	2	3	4	5	6	7
10. Lo más importante para mí es seguir un procedimiento y un orden estricto a la hora de hacer las cosas.	1	2	3	4	5	6	7
11. Con frecuencia estoy irritado/a y de mal humor.	1	2	3	4	5	6	7

*Estilos y trastornos de la personalidad: el CEPER-III*

12. Al final siempre termino relacionándome con amigos/as que me tratan mal.	1	2	3	4	5	6	7
13. Me paso la vida preocupándome por una u otra cosa.	1	2	3	4	5	6	7
14. A veces digo cosas crueles a los demás para hacerles sufrir o que se sientan mal.	1	2	3	4	5	6	7
15. Cuando alguien me crítica por cometer un error, rápidamente le señalo los suyos.	1	2	3	4	5	6	7
16. Hay pocas cosas en la vida que me hagan disfrutar.	1	2	3	4	5	6	7
17. Cuando estoy solo/a siento, a veces, la presencia de alguien o de algo que no puedo ver.	1	2	3	4	5	6	7
18. Me gusta hacer cosas que nadie se atreve a hacer, aunque ponga en peligro mi seguridad.	1	2	3	4	5	6	7
19. Algunas veces me he causado daño o me he herido intencionadamente.	1	2	3	4	5	6	7
20. Cuando una reunión social se está poniendo aburrida suelo ser yo quien la anime.	1	2	3	4	5	6	7
21. Cualquier director de una empresa de mi especialidad desearía tenerme en ella.	1	2	3	4	5	6	7
22. Cuando empiezo una relación sentimental soy muy cauteloso/a por temor a pasar vergüenza o hacer el ridículo.	1	2	3	4	5	6	7
23. Muchas veces me siento desamparado/a o desvalido/a cuando estoy solo/a.	1	2	3	4	5	6	7
24. La gente me dice que soy una persona muy responsable y seria.	1	2	3	4	5	6	7
25. La gente me dice que siempre llevo la contraria.	1	2	3	4	5	6	7
26. Cuando logro algo por lo que he luchado, en lugar de sentirme satisfecho/a y aliviado/a, me siento triste o culpable.	1	2	3	4	5	6	7
27. Me descubro en muchas ocasiones pensando que no valgo para nada.	1	2	3	4	5	6	7
28. Cuando alguien está bajo mis órdenes y no las cumple, le castigo con dureza.	1	2	3	4	5	6	7
29. Creo que la gente habla de mí a mis espaldas.	1	2	3	4	5	6	7
30. Prefiero estar con personas que no me pidan muestras de cariño.	1	2	3	4	5	6	7
31. A menudo puedo leer la mente de las personas.	1	2	3	4	5	6	7
32. El peligro me estimula y me anima.	1	2	3	4	5	6	7
33. Mis sentimientos hacia personas importantes en mi vida a veces cambian rápidamente de un extremo a otro (p. ej., de admiración a decepción, de amor a odio).	1	2	3	4	5	6	7

34. Me gusta mucho asistir a fiestas y ser el centro de la atención.	1	2	3	4	5	6	7
35. Soy o seré un/a triunfador/a.	1	2	3	4	5	6	7
36. Pienso que me faltan habilidades a la hora de enfrentarme a la mayoría de las situaciones sociales.	1	2	3	4	5	6	7
37. Con frecuencia busco consejo a la hora de tomar decisiones en mi vida cotidiana.	1	2	3	4	5	6	7
38. Considero que siempre hay formas correctas de hacer las cosas y así suelo actuar yo.	1	2	3	4	5	6	7
39. Creo que los superiores se aprovechan siempre de la autoridad que les da su posición para manipular a su antojo a los demás.	1	2	3	4	5	6	7
40. No suelo pasármelo bien en situaciones que se suponen divertidas.	1	2	3	4	5	6	7
41. De siempre he criticado mi forma de pensar y actuar.	1	2	3	4	5	6	7
42. A veces disfruto cuando veo sufrir a los animales o a las personas.	1	2	3	4	5	6	7
43. Me cuido de las personas que son más amistosas de lo que espero.	1	2	3	4	5	6	7
44. La gente suele decir que soy poco cariñoso/a o poco afectivo/a.	1	2	3	4	5	6	7
45. Mis pensamientos pueden ser tan potentes que casi puedo oírlos.	1	2	3	4	5	6	7
46. Con frecuencia me olvido de cumplir con mis compromisos económicos (p. ej., pago alquiler, cuotas, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
47. Mi estado de ánimo puede cambiar mucho de un día para otro.	1	2	3	4	5	6	7
48. Tengo muchos amigos/as.	1	2	3	4	5	6	7
49. Es importante que los demás admiren lo que hago.	1	2	3	4	5	6	7
50. Me angustia relacionarme con personas desconocidas o poco conocidas por temor a hacer el ridículo o que no les caiga bien.	1	2	3	4	5	6	7
51. Me preocupa estar solo/a, sin la protección de alguien cercano que me ayude.	1	2	3	4	5	6	7
52. Para que las cosas importantes salgan bien tengo que hacerlas yo y no dejarlas a cargo de los demás.	1	2	3	4	5	6	7
53. La gente con la que me relaciono suele tener más suerte de la que se merece.	1	2	3	4	5	6	7
54. Me cuesta mejorar a nivel personal o profesional aunque suelo ayudar a los demás a que consigan sus objetivos.	1	2	3	4	5	6	7
55. Generalmente tiendo a ver el lado negativo de las cosas.	1	2	3	4	5	6	7

*Estilos y trastornos de la personalidad: el CEPER-III*

56. Las personas suelen hacer lo que yo les digo porque si no podrían sufrir consecuencias negativas.	1	2	3	4	5	6	7
57. Me produce un gran malestar que alguno de mis padres caiga gravemente enfermo.	1	2	3	4	5	6	7
58. Me enfado y siento celos cuando alguna persona del sexo opuesto se acerca a mi pareja.	1	2	3	4	5	6	7
59. Prefiero los trabajos en solitario a los trabajos en grupo.	1	2	3	4	5	6	7
60. Siento que la gente está hablando de mí cuando paso a su lado.	1	2	3	4	5	6	7
61. Me gusta experimentar nuevas sensaciones constantemente.	1	2	3	4	5	6	7
62. Cuando me siento mal, suelo hacer cosas que no puedo controlar y de las que luego me arrepiento (p. ej., gastar mucho dinero, atracarme de comida, etc.)	1	2	3	4	5	6	7
63. Me es muy fácil hacer nuevos amigos/as.	1	2	3	4	5	6	7
64. Me gustaría que alguien escribiese mi biografía algún día.	1	2	3	4	5	6	7
65. Cuando voy a algún lugar donde no conozco a la gente, me suelo comportar de forma torpe y nerviosa.	1	2	3	4	5	6	7
66. Me resulta muy difícil iniciar nuevos proyectos o hacer las cosas a mi manera porque me siento inseguro/a.	1	2	3	4	5	6	7
67. Las normas y el orden suelen determinar el éxito en un trabajo o un proyecto.	1	2	3	4	5	6	7
68. Mi pareja o familiares cercanos se quejan con frecuencia de que no hago las cosas como a ellos les gustaría.	1	2	3	4	5	6	7
69. A veces me siento confuso/a y molesto/a cuando la gente es amable conmigo.	1	2	3	4	5	6	7
70. Con frecuencia me siento culpable o con remordimientos.	1	2	3	4	5	6	7
71. Con frecuencia controlo por la fuerza a mi pareja o a las personas que dependen de mí.	1	2	3	4	5	6	7
72. Prefiero ser reservado/a con mis cosas para que nadie las pueda usar en mi contra.	1	2	3	4	5	6	7
73. No me gusta que me feliciten aunque haga las cosas bien.	1	2	3	4	5	6	7
74. A veces la gente comenta que mi forma de vestir es diferente o excéntrica.	1	2	3	4	5	6	7
75. Cuando me enfado puedo ser violento/a y desagradable, incluso con mi familia.	1	2	3	4	5	6	7
76. A menudo me pregunto quien soy realmente.	1	2	3	4	5	6	7
77. Expreso mis emociones fácil y frecuentemente.	1	2	3	4	5	6	7

78. Suelo ser más capaz que los demás.	1	2	3	4	5	6	7
79. Me gustaría tener más amigos, pero me resulta difícil establecer relaciones con la gente.	1	2	3	4	5	6	7
80. En general, soy una persona agradable y sumisa.	1	2	3	4	5	6	7
81. Controlo muy bien mi dinero para estar preparado/a en caso de necesidad.	1	2	3	4	5	6	7
82. La gente que suele tener éxito se debe a que es afortunada o a que es deshonesto.	1	2	3	4	5	6	7
83. Muchas veces pienso que no merezco las cosas buenas que me pasan.	1	2	3	4	5	6	7
84. Desde niño/a he tenido frecuentemente sentimientos de tristeza.	1	2	3	4	5	6	7
85. De vez en cuando utilizo la violencia física para que quede claro quién manda.	1	2	3	4	5	6	7
86. Muchas veces sospecho que mis amigos/as están en mi contra.	1	2	3	4	5	6	7
87. Hay pocas personas imprescindibles en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7
88. Poseo un sexto sentido que no suelen tener las demás personas.	1	2	3	4	5	6	7
89. Me importa mucho más conseguir lo que necesito ahora que lo que pueda suceder en el futuro.	1	2	3	4	5	6	7
90. A veces me siento culpable como si hubiera cometido un delito, aunque no lo he cometido realmente.	1	2	3	4	5	6	7
91. La gente me dice a menudo que cuento las cosas de forma muy exagerada.	1	2	3	4	5	6	7
92. Creo que soy una persona especialmente competente y espero que los demás me presten la atención que merezco.	1	2	3	4	5	6	7
93. Me siento menos interesante y divertido que los demás.	1	2	3	4	5	6	7
94. Cuando estoy en un grupo prefiero que sean otros quienes tomen las decisiones importantes.	1	2	3	4	5	6	7
95. La gente piensa que soy demasiado/a estricto/a con las reglas y las normas.	1	2	3	4	5	6	7
96. Me molestan las personas que piensan que pueden hacer las cosas mejor que yo.	1	2	3	4	5	6	7
97. Suelo elegir como pareja personas que terminan tratándome mal.	1	2	3	4	5	6	7
98. Desde hace mucho tiempo me encuentro triste y desanimado/a.	1	2	3	4	5	6	7
99. He tenido que ser realmente duro/a con algunas personas para mantenerlas a raya.	1	2	3	4	5	6	7
100. Siempre que hay un problema intentan culparme.	1	2	3	4	5	6	7

*Estilos y trastornos de la personalidad: el CEPER-III*

101. Estoy solo/a la mayor parte del tiempo y lo prefiero así.	1	2	3	4	5	6	7
102. A veces siento como si mi mente se separase de mi cuerpo.	1	2	3	4	5	6	7
103. Aprovecharme de los demás no me produce sentimientos de culpa.	1	2	3	4	5	6	7
104. Me siento desorientado/a, sin objetivos, y no se hacia dónde voy en la vida.	1	2	3	4	5	6	7
105. Tengo fama de que me gusta coquetear con personas del sexo opuesto.	1	2	3	4	5	6	7
106. Hay mucha gente que me tiene envidia por las cosas que consigo.	1	2	3	4	5	6	7
107. Las situaciones nuevas siempre me producen temor.	1	2	3	4	5	6	7
108. Me preocupa que me dejen solo/a y tenga que cuidar de mí mismo/a.	1	2	3	4	5	6	7
109. Una gran parte de mi tiempo la dedico a trabajar/estudiar, de modo que me queda poco tiempo para actividades de ocio.	1	2	3	4	5	6	7
110. Si no quiero hacer algo, por más que me lo pida el/a profesor/a, el/a jefe/a, mis padres o mi pareja, no lo voy a hacer o lo voy a hacer mal a propósito.	1	2	3	4	5	6	7
111. Cuando alguien se preocupa realmente por mí, pierdo enseguida el interés por esa persona.	1	2	3	4	5	6	7
112. Habitualmente me siento culpable.	1	2	3	4	5	6	7
113. Para conseguir el respeto de los demás tengo que ser duro/a y amenazante.	1	2	3	4	5	6	7
114. Suelo poner a prueba a las personas para saber si puedo confiar en ellas.	1	2	3	4	5	6	7
115. Tengo pocas ganas de hacer amigos/as íntimos/as.	1	2	3	4	5	6	7
116. Suelo tener sensaciones especiales que las demás personas no pueden comprender.	1	2	3	4	5	6	7
117. Suelo hacer las cosas sin pensar en los riesgos para mí o para los demás.	1	2	3	4	5	6	7
118. A veces, cuando las cosas van mal, siento que estoy viviendo un sueño o veo pasar la vida delante de mí como si fuera una película.	1	2	3	4	5	6	7
119. A veces utilizo mi apariencia física para llamar la atención de los demás.	1	2	3	4	5	6	7
120. La gente piensa que tengo un elevado concepto de mí mismo/a.	1	2	3	4	5	6	7
121. Con frecuencia evito asistir a reuniones o situaciones sociales por temor a no ser aceptado/a o que no caiga bien a la gente.	1	2	3	4	5	6	7

122. Suelo estar dispuesto/a a ceder ante los demás, aunque no esté de acuerdo con ellos/as, por temor a que se enfaden o me rechacen.	1	2	3	4	5	6	7
123. Siempre compruebo que mi trabajo esté terminado y bien hecho antes de tomarme un descanso para actividades de ocio.	1	2	3	4	5	6	7
124. Aunque mis superiores/profesores o mi pareja me pidan más de lo que soy capaz de hacer, sigo mi ritmo a la hora de hacerlo.	1	2	3	4	5	6	7
125. El sufrimiento me hace mejor persona, por lo que evito la ayuda de los demás.	1	2	3	4	5	6	7
126. Incluso en los buenos tiempos, siempre he tenido miedo a que las cosas de pronto fuesen mal.	1	2	3	4	5	6	7
127. A veces he mentido con el único propósito de ver sufrir a otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
128. Me produciría mucho malestar o mucha rabia que un grupo de delincuentes armados atracase a una persona que quiero mucho.	1	2	3	4	5	6	7
129. Con frecuencia creo que las personas intentan engañar a los demás, incluso a mí.	1	2	3	4	5	6	7
130. Hago pocos intentos para establecer nuevas relaciones.	1	2	3	4	5	6	7
131. En ocasiones he tenido experiencias sobrenaturales.	1	2	3	4	5	6	7
132. Desde pequeño/a me meto en peleas con mucha facilidad.	1	2	3	4	5	6	7
133. Haría algo desesperado para impedir que una persona que quiero me abandone.	1	2	3	4	5	6	7
134. Las personas me dicen que a veces me comporto de forma muy teatral.	1	2	3	4	5	6	7
135. Gracias a mí otras personas han conseguido cosas importantes.	1	2	3	4	5	6	7
136. Me falta confianza en mí mismo/a para arriesgarme a probar algo nuevo.	1	2	3	4	5	6	7
137. Habitualmente hago lo posible por complacer a los demás, incluso a quienes no me gustan.	1	2	3	4	5	6	7
138. Siempre tengo organizadas mis actividades diarias porque no me gusta perder el tiempo.	1	2	3	4	5	6	7
139. Creo que los demás no valoran adecuadamente mis esfuerzos.	1	2	3	4	5	6	7
140. Los demás se aprovechan de mí, pero no hago nada para evitarlo.	1	2	3	4	5	6	7
141. Con frecuencia pienso que en el futuro las cosas no irán mejor.	1	2	3	4	5	6	7
142. Siento un gran placer cuando consigo humillar a los demás.	1	2	3	4	5	6	7



*Estilos y trastornos de la personalidad: el CEPER-III*

143. Cuando alguien me ha hecho una mala jugada, tardo mucho tiempo en olvidarlo.	1	2	3	4	5	6	7
144. Siempre he tenido menos interés por el sexo que la mayoría de la gente.	1	2	3	4	5	6	7
145. La gente piensa que en ocasiones hablo sobre cosas extrañas, raras o mágicas.	1	2	3	4	5	6	7
146. Me cuesta mucho seguir las mismas normas sociales que los demás.	1	2	3	4	5	6	7
147. La mayoría de las personas que quiero terminan decepcionándome.	1	2	3	4	5	6	7
148. Suelo ser una persona muy sociable y extravertida.	1	2	3	4	5	6	7
149. Tengo la capacidad de convencer a los demás para conseguir lo que me propongo.	1	2	3	4	5	6	7
150. Suelo pensar que los demás tienen de mí una imagen poco favorable.	1	2	3	4	5	6	7
151. Con frecuencia soy muy indeciso/a.	1	2	3	4	5	6	7
152. La gente me ve como una persona muy organizada y perfeccionista.	1	2	3	4	5	6	7
153. A menudo otras personas me culpan de cosas que no he hecho.	1	2	3	4	5	6	7
154. Con frecuencia he dejado de lado mis sueños para ayudar a otros a alcanzar los suyos.	1	2	3	4	5	6	7
155. Habitualmente estoy cansado/a y fatigado/a.	1	2	3	4	5	6	7
156. Con frecuencia me dicen que humillo o maltrato a otras personas.	1	2	3	4	5	6	7
157. A menudo me han dicho que suelo buscar el doble sentido o el significado oculto de las cosas cuando hablan conmigo.	1	2	3	4	5	6	7
158. Mis familiares realmente son mis únicos confidentes.	1	2	3	4	5	6	7
159. Me pongo nervioso/a cuando estoy con personas que no conozco bien porque pueden querer hacerme daño.	1	2	3	4	5	6	7
160. No me preocupan las consecuencias que puedan traerme mis actos si consigo lo que quiero.	1	2	3	4	5	6	7
161. Con frecuencia me siento vacío/a.	1	2	3	4	5	6	7
162. Dicen que soy muy exagerado/a al expresar mis emociones.	1	2	3	4	5	6	7
163. Algunas personas cercanas a mí me dicen que soy egoísta, que sólo pienso en mí.	1	2	3	4	5	6	7
164. Con frecuencia pienso que no voy a estar a la altura de las circunstancias cuando tengo que mantener una conversación con alguien a quien acabo de conocer.	1	2	3	4	5	6	7

CABALLO, GUILLÉN, SALAZAR E IRURTIA

165. Siempre estoy temiendo que alguna persona cercana me abandone.	1	2	3	4	5	6	7
166. Me molesta cuando tengo que modificar cosas de mi rutina diaria.	1	2	3	4	5	6	7
167. He tenido poca suerte en esta vida; me gustaría haber sido más afortunado/a.	1	2	3	4	5	6	7
168. Suelo sacrificar mi bienestar para tratar de ayudar a los demás.	1	2	3	4	5	6	7
169. La gente me dice que soy una persona triste y demasiado seria.	1	2	3	4	5	6	7
170. Con frecuencia consigo que los demás hagan lo que yo quiero por medio de la violencia o la coerción.	1	2	3	4	5	6	7

© Fundación VECA (reservados todos los derechos). El cuestionario puede utilizarse para propósitos clínicos y de investigación sin autorización previa. No obstante, queda totalmente prohibida su publicación total o parcial por cualquier medio (electrónico, impreso, etc.) sin previa autorización por escrito de la Fundación VECA.

*Nota:* La puntuación global en cada estilo de personalidad se obtiene sumando la puntuación de todos los ítems que pertenecen al estilo. Una puntuación baja en los ítems que evalúan sinceridad haría sospechar sobre la honestidad de las respuestas al cuestionario.

*Ítems correspondientes a cada estilo de personalidad:*

Paranoide: 1, 15, 29, 43, 58, 72, 86, 100, 114, 129, 143, 157.  
 Esquizoide: 2, 16, 30, 44, 59, 73, 87, 101, 115, 130, 144, 158.  
 Esquizotípico: 3, 17, 31, 45, 60, 74, 88, 102, 116, 131, 145, 159.  
 Antisocial: 4, 18, 32, 46, 61, 75, 89, 103, 117, 132, 146, 160.  
 Límite: 5, 19, 33, 47, 62, 76, 90, 104, 118, 133, 147, 161.  
 Histriónico: 6, 20, 34, 48, 63, 77, 91, 105, 119, 134, 148, 162.  
 Narcisista: 7, 21, 35, 49, 64, 78, 92, 106, 120, 135, 149, 163.  
 Evitativo: 8, 22, 36, 50, 65, 79, 93, 107, 121, 136, 150, 164.  
 Dependiente: 9, 23, 37, 51, 66, 80, 94, 108, 122, 137, 151, 165.  
 Obsesivo compulsivo: 10, 24, 38, 52, 67, 81, 95, 109, 123, 138, 152, 166.  
 Pasivo agresivo: 11, 25, 39, 53, 68, 82, 96, 110, 124, 139, 153, 167.  
 Autodestructivo: 12, 26, 40, 54, 69, 83, 97, 111, 125, 140, 154, 168.  
 Depresivo: 13, 27, 41, 55, 70, 84, 98, 112, 126, 141, 155, 169.  
 Sádico: 14, 28, 42, 56, 71, 85, 99, 113, 127, 142, 156, 170.  
 Ítems que evalúan sinceridad. 57, 128.

## ANEXO I

## CAE

## Cuestionario de Afrontamiento del Estrés

Nombre ..... Edad ..... Sexo .....

**Instrucciones:** En las páginas que siguen se describen formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes que ocurren en la vida. Las formas de afrontamiento descritas no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras. Para contestar debe leer con detenimiento cada una de las formas de afrontamiento y *recordar en qué medida Vd. la ha utilizado recientemente cuando ha tenido que hacer frente a situaciones de estrés. Rodee con un círculo el número que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés que se indican.* Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que Vd. piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones o problemas más estresantes vividos recientemente (*aproximadamente durante el pasado año*).

0	1	2	3	4
Nunca	Pocas veces	A veces	Frecuentemente	Casi siempre

## ¿Cómo se ha comportado habitualmente ante situaciones de estrés?

1. Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente.....	0	1	2	3	4
2. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal.....	0	1	2	3	4
3. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema.....	0	1	2	3	4
4. Descargué mi mal humor con los demás.....	0	1	2	3	4
5. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas.....	0	1	2	3	4
6. Le conté a familiares o amigos cómo me sentía.....	0	1	2	3	4
7. Asistí a la Iglesia.....	0	1	2	3	4
8. Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados.....	0	1	2	3	4
9. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas.....	0	1	2	3	4
10. Intenté sacar algo positivo del problema.....	0	1	2	3	4
11. Insulté a ciertas personas.....	0	1	2	3	4
12. Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema.....	0	1	2	3	4
13. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema.....	0	1	2	3	4
14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.).....	0	1	2	3	4
15. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo.....	0	1	2	3	4
16. Comprendí que yo fui el principal causante del problema.....	0	1	2	3	4
17. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás.....	0	1	2	3	4
18. Me comporté de forma hostil con los demás.....	0	1	2	3	4
19. Salí al cine, a cenar, a «dar una vuelta», etc., para olvidarme del problema.....	0	1	2	3	4
20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema.....	0	1	2	3	4
21. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema.....	0	1	2	3	4
22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema.....	0	1	2	3	4
23. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación.....	0	1	2	3	4
24. Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes.....	0	1	2	3	4
25. Agredí a algunas personas.....	0	1	2	3	4
26. Procuré no pensar en el problema.....	0	1	2	3	4
27. Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal.....	0	1	2	3	4
28. Tuve fe en que Dios remediaría la situación.....	0	1	2	3	4
29. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas.....	0	1	2	3	4
30. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema.....	0	1	2	3	4
31. Experimenté personalmente eso de que «no hay mal que por bien no venga».....	0	1	2	3	4
32. Me irrité con alguna gente.....	0	1	2	3	4
33. Practiqué algún deporte para olvidarme del problema.....	0	1	2	3	4
34. Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir.....	0	1	2	3	4
35. Recé.....	0	1	2	3	4
36. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema.....	0	1	2	3	4
37. Me resigné a aceptar las cosas como eran.....	0	1	2	3	4
38. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor.....	0	1	2	3	4
39. Luché y me desahugué expresando mis sentimientos.....	0	1	2	3	4
40. Intenté olvidarme de todo.....	0	1	2	3	4
41. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos.....	0	1	2	3	4
42. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar.....	0	1	2	3	4

*Corrección de la prueba*

Se suman los valores marcados en cada ítem, según las siguientes subescalas:

Focalizado en la solución del problema (FSP):	1, 8, 15, 22, 29, 36.
Autofocalización negativa (AFN):	2, 9, 16, 23, 30, 37.
Reevaluación positiva (REP):	3, 10, 17, 24, 31, 38.
Expresión emocional abierta (EEA):	4, 11, 18, 25, 32, 39.
Evitación (EVT):	5, 12, 19, 26, 33, 40.
Búsqueda de apoyo social (BAS):	6, 13, 20, 27, 34, 41.
Religión (RLG):	7, 14, 21, 28, 35, 42.

## 9.4. Escala de Impulsividad de Barratt (Barratt Impulsiveness Scale, BIS-11)

*Instrucciones:* Las personas son diferentes en cuanto a la forma en que se comportan y piensan en distintas situaciones. Ésta es una prueba para medir algunas de las formas en que usted actúa y piensa. No se detenga demasiado tiempo en ninguna de las oraciones. Responda rápida y honestamente. (Entrevistador: Lea cada oración al respondiente y marque la contestación. Si la persona no entiende la pregunta, plantéela de la forma que está entre paréntesis).

	<i>Raramente o nunca (0)</i>	<i>Ocasionalmente (1)</i>	<i>A menudo (3)</i>	<i>Siempre o casi siempre (4)</i>
1. Planifico mis tareas con cuidado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Hago las cosas sin pensarlas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Casi nunca me tomo las cosas a pecho (no me perturbo con facilidad)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Mis pensamientos pueden tener gran velocidad (tengo pensamientos que van muy rápido en mi mente)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Planifico mis viajes con antelación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Soy una persona con autocontrol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Me concentro con facilidad (se me hace fácil concentrarme)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ahorro con regularidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Se me hace difícil estar quieto/a por largos períodos de tiempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Pienso las cosas cuidadosamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Planifico para tener un trabajo fijo (me esfuerzo por asegurar que tendré dinero para pagar por mis gastos)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Digo las cosas sin pensarlas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Me gusta pensar sobre problemas complicados (me gusta pensar sobre problemas complejos)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Cambio de trabajo frecuentemente (no me quedo en el mismo trabajo por largos períodos de tiempo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Actúo impulsivamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Me aburro con facilidad tratando de resolver problemas en mi mente (me aburre pensar en algo por demasiado tiempo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Visito al médico y al dentista con regularidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Hago las cosas en el momento que se me ocurren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Soy una persona que piensa sin distraerse (puedo enfocar mi mente en una sola cosa por mucho tiempo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Cambio de vivienda a menudo (me mudo con frecuencia o no me gusta vivir en el mismo sitio por mucho tiempo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Compró cosas impulsivamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Yo termino lo que empiezo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Camino y me muevo con rapidez	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Resuelvo los problemas experimentando (resuelvo los problemas tratando una posible solución y viendo si funciona)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Gasto efectivo o en crédito más de lo que gano (gasto más de lo que gano)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. Hablo rápido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. Tengo pensamientos extraños cuando estoy pensando (a veces tengo pensamientos irrelevantes cuando pienso)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. Me interesa más el presente que el futuro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Me siento inquieto/a en clases o charlas (me siento inquieto/a si tengo que oír a alguien hablar por un largo período de tiempo)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Planifico para el futuro (me interesa más el futuro que el presente)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ballesteros, A., Graña, J.L. y Andreu, J.M.

### Instrumentos

a) *Guía de Valoración de Riesgo de Violencia –VRAG- “Violence Risk Appraisal Guide”* (Harris, Rice y Quinsey, 1993).

La versión actual en español del VRAG consiste en 12 ítems que son:

1. Puntuación obtenida en el Listado de Psicopatía Revisado de Hare (1991).
2. Índice de desajuste en la escuela primaria.
3. Convivir con los padres a los 16 años de edad.
4. Índice de Cormier-Lang de delitos no violentos.
5. Estado civil en el momento de cometer el delito actual.
6. Edad de comisión del delito.
7. Fracaso de libertad condicional previa.
8. Gravedad de las lesiones provocadas en la víctima del delito actual.
9. Presencia de trastorno de personalidad.
10. Diagnóstico de esquizofrenia.
11. Víctima femenina.
12. Historia de abuso de alcohol.

#### 1. Fiabilidad y Validez de la Guía de Valoración del Riesgo de Violencia “VRAG” en la muestra penitenciaria española.

Siguiendo las indicaciones de los autores del VRAG, en la construcción del instrumento, se determinaron las tasas de reincidencia para cada valor o rango de valores de cada una de las 12 variables predictivas. Por cada diferencia, mayor o menor, de más del 5% del promedio de la media de la tasa de reincidencia (50% en nuestra muestra), se aumentaba o restaba un punto a la variable. De tal forma se obtuvo la puntuación para cada variable, resultando la puntuación final como se muestra a continuación.

1. Vivía con sus padres biológicos a la edad de 16 años.	
Sí .....	= -1
No .....	= +3
2. Puntuación de desajuste en la escuela primaria.	
- Sin problemas .....	= -2
- Problemas moderados de disciplina o atención.....	= 0
- Serios problemas de disciplina y atención que dieron lugar a suspensiones o expulsiones .....	= +3
3. Puntuación en la historia de abuso de alcohol.	
0 .....	= -1
1 o 2 .....	= +2
3 .....	= +2
4 o 5 .....	= +2
4. Estado civil.	
Ha estado casado o ha convivido en pareja durante al menos 6 meses .....	= 0
Nunca ha estado casado ni ha convivido en pareja .....	= +1
5. Puntuación “Cormier-Lang” en la historia de delitos no violentos (antes del delito actual).	
0 .....	= -8
1 o 2 .....	= -3
3 o más .....	= +2
6. Fracaso en un permiso previo de libertad condicional.	
No .....	= -2
Sí .....	= +5
7. Edad al cometer el delito por el que está cumpliendo sentencia actualmente.	
≥35 años .....	= -2
25-34 .....	= +1
<25 .....	= 0

*Valoración actuarial del riesgo de violencia en centros penitenciarios*

8. Lesión más seria causada en la víctima del delito por el que cumple sentencia actualmente.

Muerte/Hospitalización.....	= -1
Intimidar y amenazar .....	= +1
Pequeña o ninguna .....	= 0

9. Sexo de la víctima del delito por el que cumple sentencia actualmente.

Mujer .....	= -2
Hombre.....	= 0

10. Cumple los criterios del DSM-IV TR para algún trastorno de personalidad.

No .....	= -1
Sí .....	= +1

11. Cumple los criterios del DSM-IV TR para algún tipo de esquizofrenia.

Sí .....	= +1
No .....	= 0

12. Puntuación obtenida en el Listado de Psicopatía de Hare (PCL-R).

0-10 .....	= -2
11-24.....	= 0
<sup>3</sup> 25.....	= +1



“Sólo el que sabe es libre y más libre el que más sabe. No proclaméis la libertad de volar, sino dad alas”

- Miguel de Unamuno