

## CAPÍTULO 18

### LA PROMOCIÓN DEL BIENESTAR EMOCIONAL Y LA RESILIENCIA EN CENTROS DE INTERNAMIENTO DE EXTRANJEROS (CIE)

LAURA MARÍA ZANÓN BAYÓN-TORRES\*, MARÍA CANTERO GARCÍA\*,  
CAROLINA POZUELO MONTERO\*\*, Y BELÉN CHARRO BAENA\*

*\*Universidad Pontificia Comillas; \*\*Universidad Europea de Madrid*

#### INTRODUCCIÓN

En la actualidad, los Centros de Internamiento de Extranjeros (en adelante CIE) son uno de los instrumentos utilizados en la lucha contra la migración irregular aplicando “una privación del derecho fundamental a la libertad sin que medie un comportamiento delictivo. Consiste, en última instancia, en una prolongación de las 72 horas permitidas legalmente de detención policial con autorización judicial” (García España, 2017, p. 2), siendo una sanción para aquellas personas que se encuentran en España sin una autorización administrativa. A pesar de que el periodo máximo de internamiento que se contempla en la normativa europea es de seis meses, en España, de acuerdo con la legislación estatal, las personas de origen extranjero pueden permanecer un máximo de sesenta días en estos centros mientras se tramita la expulsión del territorio, siendo una mejora respecto a la situación del resto de países de la Unión Europea. No obstante, las cifras muestran que el número de internamientos es muy superior a la cantidad de expulsiones que finalmente son ejecutadas (Gortázar Rotaeché, 2020), por lo que diferentes investigaciones y entidades pro-derechos humanos que cuestionan el sentido de que estos centros continúen existiendo por dos motivos: el primero de ellos por la dudosa eficacia de los mismos respecto al fin que persiguen y, en segundo lugar, por el alto coste emocional que este tipo de internamiento supone para quienes lo sufren.

La función principal que la normativa otorga estos dispositivos es la retención y custodia de las personas que se encuentran en ellos pero, no obstante, en diversas investigaciones se constata que estos dispositivos cumplen, de facto, otras dos funciones más: son centros donde se interna a personas de origen extranjero que llegan a España a través de la Frontera Sur y que en un número elevado de ocasiones presentan indicios de ser beneficiarias de Protección Internacional por lo que, en su interior, se estarían llevando a cabo funciones de primera acogida que no debería darse en un contexto de privación de libertad deambulatoria.

Por otro lado, se han convertido en dispositivos que dificultan la integración de las personas migrantes constatándose como “no lugares” o “espacios de infraderecho”

(de Lucas Martín, 2015, p. 37) en los que nos encontramos con personas de origen extranjero que pueden presentar periodos de estancia de mayor o menor duración y que pueden arrastrar una situación administrativa irregular desde hace tiempo o haber sufrido un internamiento por una situación administrativa irregular sobrevenida producida, por ejemplo, por la imposibilidad de renovar la documentación por la falta de un contrato de trabajo que cumpla los requisitos establecidos.

Diversas investigaciones concluyen que el ingreso en estos centros puede producirse por los motivos que se recogen a continuación: que una persona sea parada e identificada en la calle por parte de la Policía Nacional que se produzca una detención al tratar de acceder a territorio nacional por una vía no autorizada que una persona sea trasladada desde un establecimiento penitenciario a un Centro de Internamiento de Extranjeros para que se lleve a cabo su expulsión tras el cumplimiento total o parcial de una condena penal o, en último caso, que se decrete un internamiento en aplicación del art. 89 del Código Penal y del artículo y 57.2 de la Ley de Extranjería, donde se recoge la sustitución de la pena de prisión por expulsión de quienes han sido condenados por un delito cuya pena privativa de libertad sea superior a un año.

En relación a las consecuencias que se derivan de esta forma de privación de libertad, las investigaciones, informes, publicaciones y denuncias existentes, se deduce que el impacto biopsicosocial del internamiento en un dispositivo de estas características coincide en muchos aspectos con la prisionización física y psicológica estudiada por Valverde Molina (1991) en población reclusa. A todo ello, debe sumarse la incertidumbre acerca de la fecha de expulsión o liberación, según el caso. Ya en 2003, Mathews señalaba la importancia que tiene para el equilibrio emocional de una persona de conocer su fecha de liberación para atenuar la ansiedad y la incertidumbre que padece. En el caso de los Centros de Internamiento de Extranjeros esta fecha es desconocida para la persona internada, pero también para el equipo profesional y de voluntariado que desempeña su labor en estos dispositivos, obstaculizando de manera muy importante el trabajo diario.

### **PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL PARA PROMOCIONAR EL BIENESTAR EMOCIONAL Y LA RESILIENCIA EN PERSONAS DE INTERNADAS EN CENTROS DE INTERNAMIENTO DE EXTRANJEROS (CIE)**

El Programa de intervención psicosocial para promocionar el bienestar emocional y la resiliencia en personas de internadas en Centros de Internamiento de Extranjeros se dirige a personas internadas en estos dispositivos y ha sido diseñado para atender sus demandas psicológicas específicas y sus necesidades con el fin de contribuir a la mejora de su bienestar emocional subjetivo. Con este Programa se

pretende contribuir en dar respuesta a la acuciante necesidad de atención psicológica detectada en estos centros por parte de las entidades de voluntariado que los visitan como, por el Defensor del Pueblo (2019), así como por los equipos profesionales que trabajan en ellos. Por este motivo, el Programa se ofrece de manera presencial a aquellas personas que lo demanden expresamente o que hayan presentado miedo, ansiedad y estrés postraumático, entre otros.

### **Población a la que va dirigida el Programa**

El programa está dirigido a las personas internadas en los Centros de Internamiento de Extranjeros que pueden presentar diferentes circunstancias como ser personas solicitantes de asilo, potenciales víctimas de trata, personas en situación administrativa irregular sobrevenida o no, presentar discapacidad, enfermedad mental, enfermedad física, etc. Mediante la implantación de este programa se pretende ofrecer a esta población herramientas y recursos para la gestión emocional adecuada ante las diferentes situaciones adversas que con bastante frecuencia sufren en estos centros. Para ello, se trabajará la resiliencia a través de distintas estrategias de afrontamiento que se comentarán más adelante.

### **Objetivos y competencias**

Con la implantación de este Programa pretende mejorar el bienestar subjetivo de las personas que participan en él con el fin de que adquieran recursos y herramientas que les permitan gestionar el estrés desde una perspectiva de bienestar. Las personas participantes trabajarán con el enfoque de las terapias de tercera generación desde las que se concibe la atención plena como punto de partida para la mejora de la situación emocional de cada sujeto. Además, de manera complementaria, se trabajará la autocompasión, lo que se espera que repercuta de manera directa en la autoestima de las personas destinatarias, generando una mayor apertura mental, mayor amabilidad consigo mismo y con los demás, así como una mayor aceptación de las distintas situaciones adversas que frecuentemente están presentes en los Centros de Internamiento de Extranjeros.

### **Objetivo general**

El objetivo general de este programa es diseñar una propuesta de intervención para promover la resiliencia y mejora del bienestar emocional de las personas internadas en los Centros de Internamiento de Extranjeros en el territorio nacional.

### **Contenido del Programa**

Para alcanzar los objetivos mencionados anteriormente, el Programa se ha estructurado en 8 sesiones con una duración de 90 minutos cada una. Estas sesiones

tendrán una periodicidad semanal y se realizarán en formato presencial, pudiendo asistir un máximo de 10 personas a cada una de ellas. Al inicio del Programa se llevará a cabo una sesión de evaluación con el objetivo de explicar las normas del grupo y otra a la finalización del mismo para compartir la experiencia entre las personas participantes. Tanto la sesión pre-evaluación como la de post-evaluación tendrán un formato similar a las otras ocho.

A continuación, se realiza una breve descripción de cada una de las sesiones.

**Sesión 0:** Presentación y evaluación. En esta primera sesión se ofrece la bienvenida a todas las personas participantes y se informa sobre el funcionamiento del programa. Asimismo, se hará entrega de los cuestionarios de evaluación.

**Sesión 1:** Rompiendo el hielo. Con esta sesión se pretende crear un clima de confianza con las personas participantes, así como empezar a trabajar y a conocer el funcionamiento de nuestros pensamientos y emociones para, posteriormente, trabajar el entrenamiento en atención plena dejando a un lado el “piloto automático”.

**Sesión 2:** Mis apoyos ante las dificultades. A lo largo de esta sesión profundizaremos en la compasión y la autocompasión como recursos para conocernos y apoyarnos en momentos de dificultad o adversidad que puedan presentarse.

**Sesión 3:** Venciendo las resistencias. En esta sesión se va a trabajar la resiliencia y se realizarán ejercicios de atención plena con el fin de sostener las situaciones dolorosas para el manejo de la incertidumbre en un contexto institucional hostil.

**Sesión 4:** Cómo pienso y qué me digo. En esta sesión se trabajarán las autoinstrucciones partiendo de las trampas de la mente y de los distintos recursos que podemos ofrecer para trabajar la defusión o reestructuración cognitiva. Además, se realizará un abordaje del tema del lenguaje desde la perspectiva teórica de los marcos relacionales de manera complementaria al trabajo de la autocompasión cuyo objetivo principal es ser amable con uno mismo.

**Sesión 5:** Diluyendo el estrés. El objetivo de esta sesión es profundizar en la biología del estrés conociendo sus distintas manifestaciones en la forma de pensar, sentir y actuar, y cómo nos afecta.

**Sesión 6:** El aprendizaje y la adversidad. Se realizará un trabajo de reflexión sobre los tres pilares que componen la resiliencia: yo tengo, yo soy y yo estoy.

**Sesión 7:** Conversor de emociones. En esta sesión se define qué son las emociones y su función adaptativa. También se trabajará con los valores para definir quiénes somos y fomentar unas estrategias de afrontamiento más saludables.

**Sesión 8:** Mis fortalezas y mi futuro. En esta penúltima se abordará el sistema de calma y se reforzarán las fortalezas planteadas en sesiones anteriores para promover un mayor bienestar emocional en las personas participantes.

Sesión 9: Medición post-intervención. Se realiza una medición post-intervención para evaluar el programa.

## **MÉTODO**

En este Programa se trabajará desde una metodología experiencial en los momentos posteriores al ingreso en el CIE para promover la atención psicológica y atender problemas relacionados con la salud mental.

### **Implementación del Programa**

La implementación de este Programa se realizará cumpliendo con la metodología señalada y los principios expuestos. Asimismo, se adaptará a las diferentes situaciones que presenten los grupos con los que se trabaje.

Con el objetivo de ofertar el programa, el equipo investigador contactará con el Ministerio del Interior y con las entidades privadas que visitan o trabajan en los CIE y que atienden a las personas internadas. Algunas de las entidades con las que se tratará de establecer contacto son SOS Racismo, Pueblos Unidos, Karibu y Cuz Roja. Sería muy oportuno informar del Programa a entidades que trabajen con población extranjera que haya salido de los CIE y que permanezca en territorio español. Cuando se disponga de la totalidad de los destinatarios potenciales, se realizará un folleto informativo donde se recoja la información de manera detallada, invitando a una presentación a aquellas entidades interesadas, así como a personal de la Dirección General de la Policía que desempeñe funciones en los CIE. En las sesiones informativas se hará una exposición sobre los aspectos fundamentales del programa como son la justificación del mismo, la protección de datos, el consentimiento informado y los objetivos del Programa. También se resolverán las dudas que puedan surgir durante la sesión.

El objetivo final de este Programa es potenciar la atención psicológica en estos dispositivos y ofrecer este apoyo en todos los CIE que sea posible. Una vez que el Programa finalice, se realizará una devolución a las personas participantes ofreciendo recomendaciones para mantener la práctica, aunque hayan finalizado las sesiones.

### **Evaluación del Programa**

Para la evaluación del Programa se realizará una evaluación pre-post utilizando los siguientes instrumentos:

Entrevista semiestructurada

*Self Compassion Scale* (SCS) (Neff, Whittaker y Karl, 2017).

*Escala de Bienestar Subjetivo* (SHS) (Calleja y Mason, 2020).

*Escala de Resiliencia R-14* (Sánchez-Teruel, y Robles-Bello, 2015).

*Perceived Stress Scale* (PSS) (Remor y Carrobbles, 2001).

*Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo* (STAI) (Spielberger, Gorsuch, y Lushene, 1982).

*BDI* (Beck, Steer y Brown, 2011).

## CONCLUSIONES

Los Centros de Internamiento de extranjeros son uno de los instrumentos con los que los estados gestionan la migración irregular. El impacto emocional que tiene en las personas que son internadas preocupa a entidades y profesionales que trabajan con esta realidad. La carencia de una atención psicológica adecuada es uno de los motores que ha impulsado a este equipo a elaborar una propuesta para tratar de paliar el gran impacto que estos dispositivos tienen sobre las personas.

El Programa se sustenta en técnicas utilizadas por terapias de tercera generación y destaca su carácter innovador al no contar, en la actualidad, con ningún programa de estas características en los Centros de Internamiento de Extranjeros. La promoción de la mejora del bienestar subjetivo es el objetivo principal de este Programa y, para alcanzarlo, a lo largo de las ocho sesiones planteadas se pretende dotar a las personas participantes de recursos y herramientas que les permitan gestionar el estrés, la incertidumbre, el miedo o la ansiedad, en situaciones adversas y en un contexto hostil con un alto grado de violencia y racismo institucional. Asimismo, se espera una mejora cualitativa en las condiciones de vida de las personas participantes, de la misma manera que se pretende una mejora sustancial en el respeto a sus derechos fundamentales.

Este Programa se basa en la metodología experiencial y pretende llegar a poder implantarse en la mayor cantidad de centros posibles dentro del territorio nacional.

## REFERENCIAS

Beck, A.T., Steer, R.A., y Brown, G.K. (2011b). *Manual. BDI-FS. Inventario de depresión de Beck para pacientes médicos*. Madrid: Pearson.

Calleja, N. y Mason, T. (2020). Escala de Bienestar Subjetivo (EBS-20 y EBS-8): Construcción y Validación. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - y Avaliação Psicológica*, 55(2). doi: 10.21865/ridep55.2.14

De Lucas Martín, J. (2015). *Mediterráneo: el naufragio de Europa*. Valencia: Tirant Humanidades.

Defensor del Pueblo (2019). *Informe Anual 2018. Mecanismo Nacional de Prevención*. Recuperado de: [https://www.defensordelpueblo.es/wpcontent/uploads/2019/09/Informe\\_2018\\_MNP.pdf](https://www.defensordelpueblo.es/wpcontent/uploads/2019/09/Informe_2018_MNP.pdf)

García España, E. (2017). Centros de Internamiento de Extranjeros: Motivos para su desaparición. *Boletín Criminológico*, 172. Recuperado de: <http://www.revistas.uma.es/index.php/boletincriminologico/article/view/3878>

Gortázar Rotaeché, C. (2020). Return Decisions and Domestic Judicial Practices: Is Spain Different?. En *Law and Judicial Dialogue on the Return of Irregular Migrants from the European Union* (pp. 1- 23). Oxford: Hart publishing.

Ley Orgánica 10/1995, de 23 de noviembre, del Código Penal. Boletín Oficial del Estado, de 24 de noviembre de 1995 (BOE num. 281, de 24/11/1995).

Ley Orgánica 4/2000, de 11 de enero, sobre derechos y libertades de los extranjeros en España y su integración social (BOE num. 10, de 12/01/2000).

Matthews, R. (2003). *Pagando tiempo. Una introducción a la sociología del encarcelamiento*. Barcelona: Edicions Bellaterra, S.L.

Neff, K.D., Whittaker, T., y Karl, A. (2017). Evaluating the factor structure of the SelfCompassion Scale in four distinct populations: Is the use of a total self-compassion score justified? *Journal of Personality Assessment*, 99, 596-607.

Remor, E. y Carrobes, J.A. (2001). Versión Española de la escala de estrés percibido (PSS-14): Estudio psicométrico en una muestra VIH+. *Ansiedad y Estrés*, 7(2-3), 195-201.

Sánchez-Teruel, D. y Robles-Bello, M.A. (2015). Escala de Resiliencia 14 ítems (RS-14): Propiedades Psicométricas de la English Version. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 2 (40), 103-113. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645432011>

Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., y Lushene, R.E. (1982). *Manual STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado Rasgo*. Madrid: TEA Ediciones.

Valverde Molina, J. (1991). *La cárcel y sus consecuencias. Intervención sobre la conducta desadaptada*. Madrid: Editorial Popular.

