

Índice

Presentación del Programa	17
1. Introducción	17
2. Supuestos básicos	18
Supuesto n.º 1	18
Supuesto n.º 2	18
Supuesto n.º 3	19
3. Objetivos	19
4. Características fundamentales	20
Característica n.º 1	20
Característica n.º 2	21
Característica n.º 3	22
Característica n.º 4	22
Característica n.º 5	22
5. Desarrollo del Programa	23
6. Claves para la aplicación del Programa	24
Parte 2. Tratamiento	
Módulo A0. Entrenamiento en relajación	27
1. Introducción	28
2. Programa de relajación	29
3. Material audiovisual complementario	35
Anexo I	36
Anexo II	38
Módulo B0. Prevención de la recaída	41
I. El modelo de la prevención de la recaída	41
II. Categorías de intervención	45
(a) Intervenciones para evitar fallos	45
(b) Intervenciones para prevenir los fallos que precipitan la recaída	46
III. Unidades	49
Unidad B0.I El proceso de recaída y las decisiones aparentemente irrelevantes	49
1. Prevención de la recaída	49

Introducción

2. Glosario	58
a) Precusores	58
b) Abstinencia	58
c) Decisiones aparentemente irrelevantes (DAIs)	58
d) Factores de riesgo (FRs)	58
e) Situaciones de alto riesgo (SARs)	59
f) Respuestas de enfrentamiento adaptadas (REAs)	59
g) Respuestas de enfrentamiento desadaptadas (REDs)	60
h) Fallo	60
i) Efecto de la violación de la abstinencia (EVA)	60
j) El problema de la gratificación inmediata (PIG)	60
k) Recaída	60
l) Mecanismo de defensa	61
m) Prevención de la recaída (PR)	61
3. Ciclo de abuso sexual	61
3.1. Ciclo de pre-abuso sexual	61
a) Económico	61
b) Laboral	62
c) Social	62
d) Educación	62
e) Drogas y alcohol	62
f) Relaciones de pareja	62
g) Tiempo libre	63
h) Salud y aspecto físico	63
3.2. Ciclo de abuso sexual	63
a) El delito	63
b) Las emociones	64
c) Las conductas	64
d) Los pensamientos	64
4. Decisiones aparentemente irrelevantes (DAIs)	66
4.1. DAIs y agresores de menores	69
a) Decisiones vocacionales	69
b) Decisiones relacionales	70
c) Decisiones de frecuentar lugares de alto riesgo	70
d) Decisiones de ayudar y amparar	70

4.2. DAIs y agresores de mujeres adultas	70
Unidad B0.2 Los factores de riesgo y las señales para identificar los factores de riesgo	73
I. Factores de riesgo	74
I.1. Algunas consideraciones para el terapeuta	74
I.2. Objetivos	77
I.3. Introducción	79
I.4. Factor y situación de alto riesgo	80
I.5. Factores personales y ambientales	82
a) Factores ambientales (externos)	82
b) Factores personales (internos)	84
c) Interacción factores personales y ambientales	86
I.6. Identificar factores de riesgo	87
I.7. Los antecedentes de alto riesgo de las autobiografías	87
I.8. Descripciones diarias	87
I.9. Listado individual de factores de riesgo	88
I.10. Los factores predisponentes y precipitantes	88
a) Factores predisponentes (ciclo de pre-abuso sexual)	88
b) Factores precipitantes (ciclo de abuso sexual)	90
I.11. Clasificación individual de factores de riesgo	93
I.12. Jerarquía de factores	93
I.13. Listado de factores del grupo	93
2. Las señales para detectar los factores de riesgo	93
2.1. Algunas consideraciones para el terapeuta	93
2.2. Objetivos	94
2.3. Introducción	94
2.4. Tipos de señales de los factores de riesgo	95
a) Señales emocionales	95
b) Señales cognitivas	95
c) Señales conductuales	95
d) Señales físicas	96
2.5. Identificación de señales de factores de riesgo	97
2.6. Las señales individuales del listado de factores del grupo	98
2.7. Las señales grupales del listado de factores del grupo	98
Unidad B0.3 Las respuestas de enfrentamiento adaptadas	99
I. Algunas sugerencias para el terapeuta	100

Introducción

2. Objetivos	101
3. Introducción	102
3.1. Respuestas de enfrentamiento adaptadas	103
3.2. Requisitos para emitir REAS	104
a) Honestidad	104
b) Disposición para cambiar	105
c) Persistencia	105
3.3. Pasos a seguir para emitir REAS	106
4. Tipos de respuestas de enfrentamiento adaptadas	106
4.1. Las medidas desesperadas	108
4.2. Los controles ambientales	109
4.3. Las intervenciones a corto plazo	109
4.4. Las intervenciones cognitivas	110
4.5. Las intervenciones conductuales	111
4.6. Las intervenciones a largo plazo	112
5. Identificar respuestas de enfrentamiento	112
6. Proceso de identificación de las propias respuestas de enfrentamiento adaptadas	113
6.1. Listado de repuestas	114
6.2. Valoración	115
a) Probabilidad de éxito	115
b) Probabilidad de uso	115
6.3. Tarjeta de recuerdo	115
Unidad B0.4 El contrato ante el fallo	117
1. Algunas consideraciones para el terapeuta	117
2. Objetivos	119
3. Introducción	120
4. Identificación de fallos	121
5. Antecedentes del fallo	122
6. Identificación de los propios fallos y sus antecedentes	123
7. Identificación de las respuestas de enfrentamiento	125
8. El contrato	127
Unidad B0.5 El efecto de la violación de la abstinencia	129
1. Algunas sugerencias para el terapeuta	129
2. Introducción	130
3. El problema de la inmediata gratificación	133

3.1. Conocer el PIG y su manera de actuar	133
3.2. Enfrentarse AL PIG	138
a) Reconocer al PIG	138
b) Estrategias de enfrentamiento	139
c) Equilibrio en el estilo de vida	140
d) Técnicas de aversión y extinción	141
4. Las atribuciones internas	141
Unidad B0.6 La Matriz de decisión	143
1. Algunas consideraciones para el terapeuta	143
2. La toma de decisiones en el pensamiento delictivo	144
3. Matriz de decisión de cualquier conducta	145
4. Beneficios de cambio	148
5. Matriz de decisión de la conducta sexual desviada	149
Módulo A1. Análisis de la historia personal	153
1 Introducción	153
2. Autobiografías básicas	154
3. Primera valoración autobiográfica: influencia sobre la conducta actual	158
4. Segunda valoración autobiográfica: influencia sobre mis pensamientos y emociones	158
5. Dinámicas de grupo	163
6. Conclusiones y conceptos básicos	164
Módulo A2. Introducción a distorsiones cognitivas	165
1 Introducción	166
2. Concepto de distorsión cognitiva	167
3. Ejercicio general	171
4. Ejercicios sobre conductas sexuales	171
5. Síntesis	172
Módulo A3. Conciencia emocional	177
I. Importancia terapéutica de conciencia emocional	177
II. Objetivos	179
III. Estructura	179
IV. Unidades	180
Unidad A3. I Emociones personales	180
1. Introducción	180
2. Emoción	181
3. ¿Cómo reconocemos las emociones?	183

Introducción

4. Emoción y pensamiento	186
Unidad A3.2 Características de las emociones	188
1. Emociones positivas vs negativas	188
2. Conjunto emocional mínimo	189
3. Intensidad de las emociones	191
Unidad A3.3 Identificación de las emociones	192
1. Introducción	192
2. Posibles dinámicas de grupo	193
3. Análisis de películas	194
4. Aspectos de las emociones	196
Resolución de duelos	202
Ejercicios prácticos de resolución de duelos	204
El perdón	204
Sentimientos de culpa	206
Ejercicios prácticos	208
Módulo A4. Comportamientos violentos	211
1. Introducción	211
2. El proceso de la agresión	212
3. Mi conducta agresiva	221
4. Discusión en grupo	222
Anexo A4-I	224
Anexo A4-II	232
Anexo A4-III	233
Anexo A4-IV	234
Módulo A5. Mecanismos de defensa	235
I. Importancia terapéutica del reconocimiento del delito	236
II. Objetivos	237
III. Métodos para ayudar al interno a aceptar el delito	237
IV. Unidades	240
Unidad A5.1 Los mecanismos de defensa	240
1. Compromiso de sinceridad	240
2. ¿Qué es un mecanismo de defensa?	242
3. Tipos de mecanismos de defensa	245
3.1. Mecanismo “yo no lo hice”	245
3.2. Mecanismos “no fue tan malo”	246

3.3. Mecanismos “sí, pero...”	248
4. Características de los mecanismos de defensa	251
5. Ventajas e inconvenientes	251
6. El alcohol y las drogas como mecanismos de defensa	252
Unidad A5.2 La negación y la aceptación	254
1. La negación	254
2. La aceptación	256
Módulo B1. Empatía hacia la víctima	259
I. Importancia terapéutica de la empatía hacia la víctima en la prevención de la recaída	259
II. Objetivo	260
III. Unidades	262
Unidad B1.1 Introducción	262
1. Introducción	262
Unidad B1.2 Víctimas	264
1. Introducción	264
1.1. La violación como un hecho agresivo en vez de como un hecho sexual	264
1.2. ¿Quién es el agresor sexual?	265
1.3. ¿Quién es la víctima?	265
2. Consecuencias en víctimas de agresión sexual	266
2.1. Consecuencias físicas	267
2.2. Consecuencias psicológicas	268
3. Víctimas secundarias	271
Unidad B1.3 Aumentando la empatía	274
1. Concepto	274
2. Desarrollando empatía	278
3. Empatía es pensar y sentir antes de actuar	279
4. Compartir con los demás	280
Unidad B1.4 Informe de responsabilidad	281
1. Introducción	281
2. Aclaración de uno mismo	282
Módulo B2. Distorsiones cognitivas	287
I. Importancia terapéutica de la reestructuración cognitiva en el tratamiento de los delincuentes sexuales	287
II. Objetivos	290
III. Unidades	291

Unidad B2.1 Pensamiento - emoción - conducta	291
1. Introducción	291
2. ¿Por qué causan problemas las distorsiones cognitivas?	293
3. Entonces ¿Cómo solucionar los problemas?	294
4. Las autocharlas	295
Unidad B2.2 Los cuatro pasos	297
1. Introducción	297
2. Identificación del diálogo interno	298
a) Pensamientos sobre sí mismo	302
b) Pensamientos sobre los demás	302
c) Pensamientos sobre la situación	302
3. Clasificación de los pensamientos irracionales	303
a) Pensamientos catastrofistas	303
b) Pensamientos absolutistas	304
c) Pensamientos racionalizados	305
4. Desafío a los pensamientos desviados irracionales	305
5. Sustitución de los pensamientos irracionales por otros racionales	310
Módulo B3. Estilo de vida positivo	311
1. Importancia terapéutica del estilo de vida positivo	
en los delincuentes sexuales	311
II. Objetivos del módulo	314
III. Unidades	316
Unidad B3.1 ¿Qué es un estilo de vida positivo?	316
1. Niveles de estilo de vida positivo	316
2. Los excesos	321
3. Aspectos que ayudan a la armonía física y psíquica	322
Unidad B3.2 Administración y organización del tiempo	325
1. Introducción	325
2. Instrucciones	326
3. Planificación de objetivos	328
4. Desglosamiento de los objetivos en distintos pasos	329
Puntualizaciones sobre el desarrollo de este módulo	330
Módulo B4. Educación sexual	333
1. Importancia terapéutica de la educación sexual	
en la prevención de la recaída	334

II. Objetivos generales	335
III. Estructura	336
IV. Unidades	338
Unidad B4.1 Aspectos biológicos de la sexualidad	338
1. Introducción al programa de educación sexual	339
2. Anatomía sexual masculina	340
2.1. Estructura externa de los órganos sexuales masculinos	340
2.2 Estructura interna de los órganos sexuales masculinos	341
3. Anatomía sexual femenina	342
3.1. Estructura externa de los órganos sexuales femeninos	342
3.1. Estructura interna de los órganos sexuales femeninos	342
4. Procesos neuroendocrinos	343
Unidad B4.2 Proceso de maduración sexual y el despertar sexual	344
1. Introducción	344
2. La sexualidad infantil	344
3. Maduración física en la pubertad	346
4. Aspectos psicosexuales de la adolescencia	347
Unidad B4.3 Destrucción de mitos y tabúes falsos	349
1. Introducción	349
2. Los mitos más frecuentes	350
2.1. Características fisiológicas de los genitales	350
a) Tamaño del pene	351
b) Tamaño de los pechos	351
c) Pérdida de la virginidad	352
d) Preparación natural para el sexo	352
2.2. Prácticas sexuales	352
2.3. Objetivos de la relación sexual	353
2.4. Orgasmo	354
2.5. Sexualidad y salud	355
2.6. Embarazo	355
Unidad B4.4 El deseo sexual y el sexo como una conducta biopsicosocial	357
1. Dimensiones de la sexualidad	357
a) Dimensión biológica	357
b) Dimensión personal	358
c) Dimensión sociocultural	358

2. El papel de la persona en la toma de decisiones	359
Unidad B4.5 El sexo como una actividad comunicativa	361
1. La comunicación en la sexualidad	361
Unidad B4.6 Análisis del estímulo social	363
1. La importancia de la identificación de los mensajes	363
2. Estereotipos publicitarios	364
3. La publicidad orientada a los niños	366
Unidad B4.7 Evaluación cognitiva de la situación sexual	368
1. Introducción	368
2. Lenguaje no verbal vs Lenguaje verbal	368
3. Mensajes no sexuales vs Mensajes Sexuales	369
Unidad B4.8 Alteraciones de la conducta sexual	371
1. Conducta y normas sociales	371
2. Características de la conducta sexual normal	371
3. Alteraciones de la conducta sexual	372
Módulo B5. Control y modificación del impulso sexual	375
I. Importancia terapéutica de la modificación del impulso	
Sexual en los delincuentes sexuales	375
II. Consideraciones especiales con respecto al módulo	377
III. Objetivos	377
IV. Otras técnicas	377
V. Unidades	380
Unidad B5.1 Recaída	380
1. El proceso de la recaída	380
2. Anatomía hipotética del deseo de cometer un delito sexual	381
Unidad B5.2 Sensibilización encubierta	382
1. Fundamentación teórica	382
2. Procedimiento	383
3. Instrucciones	383
3.1. Relajación progresiva	384
3.2. Creación de una jerarquía de excitación sexual desviada	384
3.3. Creación de escenas aversivas	386
3.4. Combinación de escenas de excitación sexual y aversivas	387
3.5. Escenas de recompensa	389
3.6. Consideraciones especiales	390

Unidad B5.3 Parada de pensamiento	391
1. Fundamentación teórica	391
2. Procedimiento	391
3. Instrucciones	392
3.1. Listado de pensamientos desviados	392
3.2. Imaginación del pensamiento	394
3.3. Interrupción del pensamiento con ayuda	394
3.4. Interrupción del pensamiento sin ayuda	394
3.5. Sustitución del pensamiento	395
Suplementos	
Transparencias	
Módulo B0. Prevención de la recaída. Transparencias n.º 1-n.º20	398
Módulo A5. Mecanismos de defensa. Transparencias n.º 21-25	414
Módulo A3. Conciencia emocional. Transparencia n.º 26	416
Módulo B1. Empatía hacia la víctima. Transparencias n.º 27-37	417
Módulo B2. Distorsiones cognitivas. Transparencias n.º 38-41	423
Módulo B4. Educación sexual. Transparencias n.º 42-45	426
Módulo B3. Estilo de vida positivo. Transparencias n.º 46-49	428
Módulo B5. Modificación del impulso sexual. Transparencias n.º 50-53	432
Solución de los ejercicios del libro del interno	
Módulo B0. Prevención de la recaída (B0.10., B0.11., B0.22., B0.23, B0.26, B0.29., B0.32., B0.33., B0.36., B0.46. y B0.47.)	434
Módulo A5. Mecanismos de defensa (A5.4., A5.5, y A5.7.)	438
Módulo B1: Empatía hacia la víctima (B1.10. y B1.14.)	444
Módulo B2: Distorsiones cognitivas (B2.3., B2.5., B2.6., B2.9. y B2.10.)	445
Otros materiales	
Preguntas para el juego de la verdad (Módulo A5)	447
Historia de María (Módulo A3)	449
C.E.C.S. (Módulo B4)	449
C.I.M. (Módulo B4)	451
Listado de escenas aversivas (Módulo B5)	453
Test de competencia situacional	453
Consecuencias de daños físicos por violación (Módulo B1)	467
Láminas de expresión de sentimientos (Módulo B1)	473
Lámina de introducción a distorsiones cognitivas (Módulo A2)	480