

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

Facultad de Psicología



Bienestar y Afrontamiento en Internas de un Penal de Lima Metropolitana

Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en
Psicología Clínica que presenta la bachiller:

YOSSELIN YASHIRA DEL SOLAR CÁRDENAS

ASESORA

PATRICIA MARTINEZ URIBE

LIMA, 2018

A Isabel, con quien aprendí a encontrar belleza incluso en la oscuridad. Donde quiera que estés, espero que seas libre de verdad.



Agradecimientos

A mis papás, por darme tanto amor y dejarme salir de casa para crecer. Gracias por creer en mí y en mis sueños.

A mamá Sabina, por ser sabiduría y humildad, gracias por hacer de este mundo un lugar más bonito para vivir.

A mi familia, de cerca y de lejos, gracias por siempre estar.

A Patricia Martínez, por la paciencia a lo largo de este proceso de aprendizaje, ha sido enriquecedor compartirlo juntas.

A Andrea y Miguel, por acompañarme y contenerme a lo largo del internado, o tal vez más.

A Tefy, por ser mi compañera en la vida. Gracias por tener fe en mí, por volar y aterrizar conmigo.

A May, Lu, Ale y Silvana, por ser mis amigas-hermanas, gracias por acompañarme estos quince años y vivir mis logros como suyos.

A las chicas de la Sociedad de los Sábados, por ser tan únicas y tan humanas.

A Vicky y Abel, por la amistad. Gracias por ser parte de la resistencia.

A Erick, por este tiempo de acompañamiento y el que queda. Gracias por escucharme y ayudar a encontrarme.

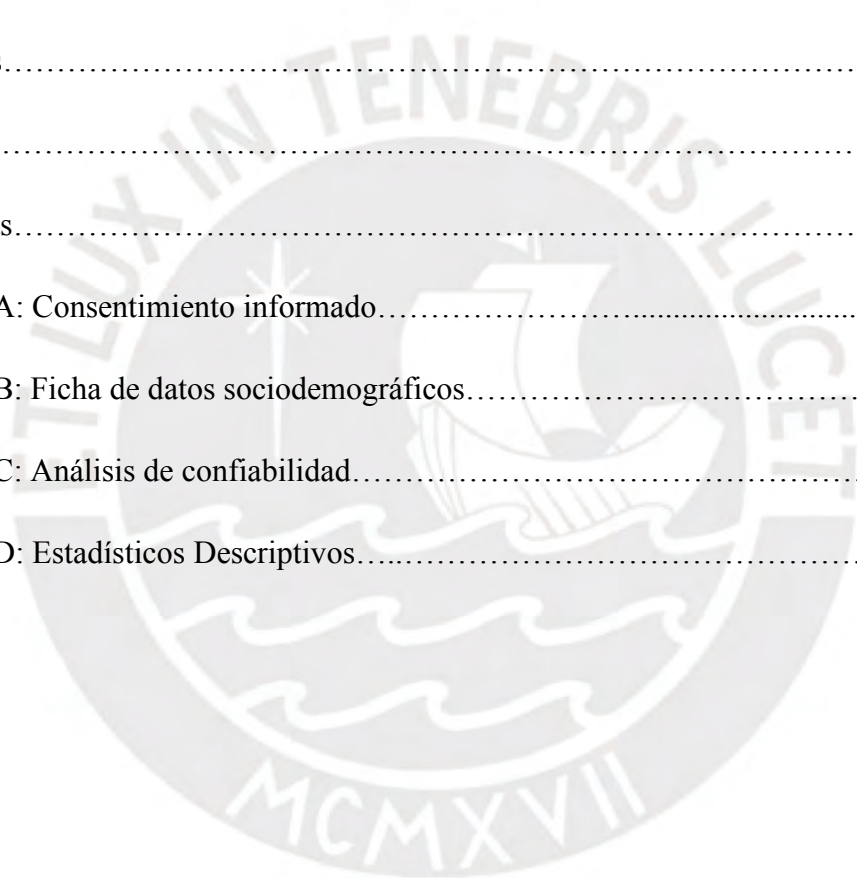
A Taripay, por devolverme al amor y al arte.

A todas y cada una de las internas que conocí en Santa Mónica, por hacer que disfrute de la psicología y del contacto humano. Gracias por enseñarme que la noción de libertad va más allá de las rejas. Las llevo siempre en mi corazón y en mi mente.

Por último, a mi Cusco querido, por ser ese lugar donde uno vuelve siempre para amar la vida.

TABLA DE CONTENIDOS

Introducción.....	1
Método.....	11
Participantes.....	11
Medición.....	11
Análisis de datos.....	14
Resultados.....	15
Discusión.....	21
Referencias.....	29
Apéndice A: Consentimiento informado.....	37
Apéndice B: Ficha de datos sociodemográficos.....	39
Apéndice C: Análisis de confiabilidad.....	41
Apéndice D: Estadísticos Descriptivos.....	45



Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo estudiar la relación entre el bienestar y sus respectivas dimensiones, y las estrategias de afrontamiento en internas de un penal de Lima Metropolitana. Para ello se contó con la participación de 165 internas de un penal de Lima, cuyas edades se encontraban entre 23 y 58 años ($M=32.93$, $DE= 5.34$). El bienestar fue evaluado a través de una adaptación española de la versión reducida de la prueba de Bienestar creada por Ryff en 1989. El afrontamiento fue evaluado mediante la adaptación peruana de la prueba de COPE creada por Carver, Scheier y Weintraub en 1989. Asimismo, se analizaron ambos constructos respecto a algunas variables sociodemográficas y jurídicas. Los resultados mostraron que existía una asociación positiva entre el bienestar y el uso de estrategias más activas, y una relación negativa entre el bienestar y estrategias más pasivas. Así también, se encontró diferencias respecto al bienestar entre internas con escolaridad completa y aquellas que no culminaron sus estudios, entre internas que tienen o no pareja, entre quienes reciben visitas y quienes no. Y se encontraron diferencias respecto al uso de ciertas estrategias entre internas que cometieron determinados delitos, entre aquellas que se encuentran procesadas o sentenciadas, y quienes tienen a su familia cercana en Lima o en otras regiones.

Palabras clave: bienestar psicológico, afrontamiento, estrategias, adaptación.

Abstract

The objective of this research was to study the relationship between well-being and its respective dimensions, and the coping strategies in the female inmates of a prison in Metropolitan Lima. The participants were 165 prisoners from Lima, whose ages were between 23 and 58 years old ($M = 32.93$, $SD = 5.34$). Well-being was assessed through a Spanish adaptation of the reduced version of the Well-being test created by Ryff in 1989. Coping was evaluated through the Peruvian adaptation of the COPE test created by Carver, Scheier and Weintraub in 1989. It was also analyzed both constructs with respect to some sociodemographic and legal variables. The results showed that there was a positive association between well-being and the use of more active strategies, and a negative relationship between well-being and more passive strategies. Likewise, differences were found regarding the well-being between inmates with full schooling and those who did not complete their studies, between inmates who have a partner or not, between those who receive visits and those who do not. And differences were found regarding the use of certain strategies between inmates who committed certain crimes, between those who are processed or sentenced, and those who have their close family in Lima or in other regions.

Key words: psychological well-being, coping, strategies, adaptation.

Introducción

En el Perú existen distintos grupos de personas con características específicas y que merecen una atención particular y diferenciada en temas de salud mental. Uno de estos grupos, que suele ser estigmatizado y rechazado por la sociedad, es el de internos e internas que se encuentran reclusos en alguno de los penales del país.

De acuerdo al último Informe Estadístico Penitenciario, a nivel nacional existe un total de 103 954 personas registradas en el sistema penitenciario, de las cuales 85 811 se encuentran reclusas en algún establecimiento penitenciario, mientras que 18 143 se encuentran en establecimientos de medio libre; es decir, cumplen condena sin ser privados de libertad. Asimismo, dentro de los 18 establecimientos penitenciarios que se ubican entre Lima y Callao se alberga un total de 41 000 internos e internas, de los cuales 1 624 son extranjeros (INPE, 2017).

Dentro de las características principales de la población penitenciaria se puede mencionar que del total de la población, 80 895 son varones mientras que las mujeres suman 4 916. El 50.2 % del total de internos e internas se encuentran entre los 18 y 34 años de edad. Asimismo, el delito más común en los penales de varones es el robo agravado, mientras que en el de mujeres es el tráfico ilícito de drogas. Finalmente, entre los problemas más frecuentes que se reportan en los establecimientos está la sobrepoblación, el hacinamiento, el gran porcentaje de internos e internas en calidad de procesados (41%) y la incertidumbre que esto genera en ellos y ellas (INPE, 2017).

Por tanto, son varias las condiciones desfavorables por las que atraviesa una persona que ingresa a un establecimiento penitenciario, requiriendo de un gran esfuerzo de adaptación para poder sobrellevar la situación. La adaptación, en ese sentido, implicaría el despliegue de ciertos recursos para que la persona pueda acomodarse psicológica y socioculturalmente a un nuevo contexto (Berry, 2005). Sánchez y López (2008) mencionan que durante el proceso de adaptación a un lugar nuevo, se generan ciertos códigos para lograr una convivencia adecuada y pacífica entre los grupos; sin embargo, cuando no se da una negociación entre ambos, surgirá el conflicto, el cual puede afectar el bienestar y la salud mental del individuo.

McLachlan y Justice (2009) refieren que el proceso de adaptación a un nuevo contexto tarda aproximadamente entre 6 a 12 meses, en los que el individuo atraviesa por distintos cambios a nivel personal, psicológico y sociocultural. La adaptación de los internos e internas al contexto penitenciario tomaría también, un tiempo prolongado, ya que son varias las

condiciones a las que el individuo debe adaptarse, como las normas, los horarios, el espacio e incluso la alimentación (Altamirano, 2013; Valverde, 1991).

Asimismo, Berry (2005) manifiesta que la adaptación del individuo a un nuevo contexto estaría vinculada de manera directa al bienestar psicológico del mismo, ya que el individuo deja atrás varios asuntos propios de su vida para enfrentarse a otros diferentes en el nuevo contexto al que llega, y este proceso de adaptación no suele ser sencillo, por lo que algunas dimensiones del individuo pueden verse afectadas.

El bienestar ha sido representado desde dos perspectivas filosóficas: la hedónica y la eudaimónica. Desde la visión de Ryan y Deci (2001), estos enfoques hacen alusión al bienestar subjetivo y al bienestar psicológico, respectivamente. Ante ello, Diener, Suh, Lucas y Smith (1999 en Salotti, 2006); Pavot y Diener (2013) manifiestan que la primera postura hace referencia a la felicidad subjetiva, vinculada a las experiencias de placer y displacer. En ese sentido, refieren que la felicidad se basará en la evaluación de todos aquellos momentos hedónicos o placenteros. Esta postura ha sido evaluada a través de la satisfacción con la vida y el predominio de los afectos positivos sobre los negativos.

La perspectiva eudaimónica, en cambio, hace alusión al bienestar, pero manteniendo distancia del concepto de felicidad per se. Para Waterman (1993), el bienestar, desde esta visión, se manifiesta cuando las actividades de la vida son congruentes con los valores que cada uno posee; así, se espera que todos los aspectos de la vida estén holísticamente relacionados.

Esta segunda perspectiva ha sido estudiada durante muchos años y en diversas investigaciones. Algunos autores mencionan que el bienestar psicológico está vinculado al sentir positivo del individuo y a la capacidad de generar un autoconcepto basado en las experiencias de vida, las cuales poseen un componente físico, psíquico y social; es decir, una perspectiva multidimensional. Además, esta perspectiva se vincula al desarrollo de ciertas capacidades como el crecimiento personal, encontrar un sentido a la vida, autoaceptarse y vincularse de manera positiva con los demás y con el entorno (Diener et al., 1999; García-Viniegras y González, 2000; Meléndez et. al, 2009; Ryan y Deci, 2001; Ryff y Singer, 2008).

Una de las primeras autoras en formalizar el término fue Carol Ryff, quien señala la existencia de seis dimensiones o áreas que componen el bienestar personal. En primer lugar, la autoaceptación hace referencia a la existencia de afectos positivos dirigidos hacia uno mismo; la relación positiva con otros, vinculada a la capacidad de generar redes de apoyo; la autonomía, que incluye capacidades como la independencia y la autodeterminación; el dominio del ambiente, considerado como la capacidad de elegir contextos adecuados y

desarrollarse óptimamente en ellos; el propósito en la vida, que se enfoca en las creencias sobre el sentido de la vida; y finalmente, el crecimiento personal, que explica el desarrollo permanente y la autorrealización personal (Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995).

En ese sentido, se podría considerar que el ambiente en el que se encuentra la persona cumple un rol importante en el desarrollo del bienestar, ya que este se alcanzará a través de una transacción favorable entre el individuo y su entorno (García-Viniegras y González, 2000). Asimismo, Ryan y Deci (2001) mencionan que el bienestar, ya sea desde la perspectiva hedónica o eudaimónica se verá influenciado por el contexto social y cultural en el que se encuentra la persona; y en ese sentido, también variarán las necesidades, los recursos y la manera en la que estos se manifiestan. La prisión, entonces, más que un espacio arquitectónico, se convierte en una organización social, fija e inamovible, en la que pueden surgir diferentes factores que afectan el bienestar del interno e interna.

De la misma manera, Altamirano (2013); Goffman (1972) y Valverde (1991) mencionan que la prisión puede ser considerada como una “institución total”; es decir, un lugar de residencia en aislamiento por un periodo de tiempo relativamente extenso, que se comparte con una gran cantidad de personas y en el que no es posible separar los ámbitos de trabajo, ocio y vivienda. Estas situaciones podrían convertirse en factores de riesgo para los internos e internas, ya que la convivencia diaria y permanente, así como la dinámica de adaptación, pueden generar ciertas dificultades en el desarrollo de su bienestar.

Igualmente, el contexto penitenciario puede convertirse en una fuente de estrés debido a que las personas están privadas de su libertad y sin oportunidad de relacionarse con el mundo externo. Además, es un lugar donde todas las necesidades y todos los aspectos de la vida están supeditados y sometidos a un plan establecido por las autoridades, con la finalidad de cumplir los objetivos de la institución; y los internos e internas están reducidos a la obediencia de un sistema normativo (Altamirano, 2013; Goffman, 1972).

En el caso de las mujeres privadas de libertad, los efectos del encarcelamiento se manifiestan, muchas veces, a través de sintomatología emocional, somatización y una visión del mundo más negativa (Ruiz, 2007). Esta experiencia de privación y falta de control sobre su propia vida y sobre el contexto en el que se encuentran, podría generar en el individuo una sensación de malestar, afectando directamente su salud.

Otros estudios mencionan que el ingreso repentino a una prisión puede suponer un evento traumático para el individuo, generando mayores niveles de ansiedad y estrés; y con ello, mayor riesgo de suicidio. Asimismo, estos estudios apuntan a la ausencia de actividades de esparcimiento y ocupación del tiempo libre de los internos e internas que deviene en un

deterioro de las habilidades interpersonales o el desarrollo de algún trastorno mental, siendo la depresión, el más común en mujeres (Collier y Hathers, 2016; Ruiz, 1999).

De la misma manera, un estudio estadounidense encontró que las internas e internos que son madres o padres de familia, sufren de mayor estrés y suelen estar más irritados que aquellos que no lo son. Así también, en el mismo estudio se encontró que existen diferencias respecto al estrés entre padres y madres de familia, siendo este mayor en las mujeres, afectando considerablemente su bienestar (Roxburgh y Fitch, 2013 en Velásquez, 2016).

Asimismo, en investigaciones realizadas en Perú, con internas recluidas en penales, se encontraron algunas diferencias entre grupos. Aquellas internas que poseían estudios superiores tendían a obtener mayores puntajes en bienestar psicológico, en comparación a las que solo terminaron los estudios básicos (Temple, 2014). Y aquellas internas que poseían estudios superiores presentaron menor índice de afectos negativos (Wakeham, 2014). En esta última investigación, se encontraron diferencias respecto a la presencia de afectos positivos en las internas, siendo este mayor en aquellas que estaban sentenciadas en comparación a quienes estaban procesadas. El INPE (2017) por su parte, manifiesta que aquellos internos que se encuentran en calidad de procesados suelen mostrarse más ansiosos.

Por otro lado, la OMS (2007), en un programa realizado sobre prevención del suicidio en población penitenciaria, menciona algunos de los factores de riesgo más comunes que llevarían al interno o interna a optar por el suicidio. Entre ellos se encuentra el atravesar por una etapa muy dura debido al encarcelamiento repentino, la espera por un juicio, la falta de información, la inseguridad sobre el futuro, el aislamiento, el poco apoyo social y familiar, y la experiencia de estar encarcelado siendo aún joven.

Siguiendo esa línea, se encontró en un estudio que aquellas internas que recibían visitas tendían a presentar mayores afectos positivos que las que no recibían visita (Pezo, 2018). En otra investigación se encontró que si las visitas son de amigos y familiares, las internas tendían a tener mejores puntajes en el bienestar, en comparación a quienes recibían visita solo de familiares (Temple, 2014). Incluso, la visita de la pareja puede resultar beneficiosa. Desde la mirada de Alzugaray y García (2015), la presencia de la pareja fomenta el desarrollo del bienestar en el individuo y ayuda a resolver los eventos estresantes.

Por otra parte, Cárdenas (2011), en un análisis sobre la situación de vulnerabilidad que atraviesan algunos grupos sociales, menciona que, en el contexto carcelario, la vulnerabilidad social adquiere distintos matices, ya que, al ingresar a un establecimiento penitenciario, el Estado se convierte en el responsable del bienestar del individuo, sin que esto necesariamente

se cumpla de forma adecuada. Además, refiere que dentro del contexto penitenciario, se reproducen y agudizan las diferencias socioeconómicas, de género y etnia.

Finalmente, Altamirano (2013) y Garland et al. (2017) mencionan que uno de los estresores ambientales más frecuentes a los que debe hacer frente el interno e interna es el hacinamiento y con él la falta de intimidad y salubridad. El INPE (2017) reportó que de los 69 penales en todo el Perú, 46 están hacinados; y de los 18 establecimientos que pertenecen a la Región Lima, 12 están hacinados, con una sobrepoblación que en algunos casos excede hasta el 400% de su capacidad.

El INPE, como institución pública peruana, es una de las más desprestigiadas a nivel nacional, ya que existe una gran distancia entre los ideales que persigue y la realidad que atraviesa (Kendall, 2010). Muchas de las situaciones por las que los internos atraviesan han sido registradas por un grupo que suele frecuentar las cárceles del Perú: Fraternidad Carcelaria. En sus constantes publicaciones reportan las informalidades a las que son sometidos los reclusos y reclusas, el maltrato de parte del personal, la carencia de recursos materiales y de infraestructura dignos para el tratamiento, la negligencia de parte del personal de salud, el descuido por parte del personal de tratamiento, entre otros (CEAS, 2005, 2006 y 2012).

Este comportamiento por parte del personal penitenciario, podría estar respondiendo a una falta de personal en los establecimientos. En Perú, al 2015, el INPE contaba con 8 278 personas que cumplían funciones penitenciarias, es decir, uno por cada 9 internos. Y del total, el 65% trabajaba en seguridad. Lo que implica que las situaciones de maltrato o discriminación y los problemas dentro de un establecimiento son difíciles de controlar (Campos, 2015). Asimismo, la Defensoría del Pueblo (2016) ha registrado una serie de denuncias a directores y agentes de seguridad, por abuso de autoridad y atentado contra la integridad personal, realizadas por internos de un penal. Sin embargo, las denuncias han sido archivadas por el Ministerio Público.

Borja (2006) registró en su investigación diferentes testimonios de mujeres recluidas, quienes aseguran haber sufrido maltrato y discriminación por parte del personal de seguridad, del personal de tratamiento y de quienes laboran dentro de la institución; así como haber sufrido discriminación racial, por su orientación sexual y por su nivel educativo.

En el caso de las mujeres privadas de libertad, la situación de agrava aún más. La Defensoría del Pueblo (2013b) ha constatado que el régimen penitenciario aplicado a las mujeres es muy similar al de los hombres y que esta diferenciación repercute negativamente

en la unidad familiar de la interna. Asimismo, informes realizados en instituciones penitenciarias de mujeres en Canadá y Estados Unidos mostraron que muchas mujeres que presentaban problemas de salud mental o tenían mayores dificultades para adaptarse al contexto penitenciario, habían sufrido problemas como marginación, violencia familiar, abuso de sustancias y fracaso escolar antes de ingresar a prisión (Correctional Canada Service, 2004).

Incluso, para algunos grupos de internas la situación podría ser mucho más grave. Por ejemplo, para quienes provienen de otras regiones del país. Algunos autores refieren que al trasladarse a un nuevo contexto, la persona deja atrás a la familia, amigos, costumbres; y debe afrontar un proceso de adaptación, lo que puede afectar considerablemente su bienestar (Berry, 2005; Granel, 2008; Zlobina et. al, 2008). Por tanto, este grupo en específico, debe enfrentarse a las dificultades que la situación de encarcelamiento les presenta, y al mismo tiempo asumir que están lejos de su lugar de origen y de su familia.

En ese sentido, las personas privadas de libertad y sobre todo las mujeres, estarían expuestas a diferentes estresores ambientales, personales y del contexto que las afectan de manera considerable. Según González et. al (2002), para sobrellevar estas situaciones estresantes a las que está expuesto, el individuo desplegará ciertas estrategias de afrontamiento. Los primeros autores en hacer uso del término afrontamiento fueron Lazarus y Folkman (1984). Ellos generaron un modelo denominado Afrontamiento Transaccional, bajo el cual el individuo reúne recursos cognitivos y conductuales que utiliza para resolver o mantenerse estable ante las situaciones estresantes. Por ello, es considerado un constructo multifacético porque apela a aspectos motivacionales, actitudinales y conductuales (Frydenberg, 1997).

Los autores proponen en este modelo, que la manera de afrontar las situaciones estresantes dependerá de varios factores diferenciales, tales como características propias del individuo y características propias de la situación. Asimismo, Castaño y del Barco (2010) señalan que las diferentes formas de afrontar un problema variarán de acuerdo al contexto en el que la persona se encuentra, de la historia personal del individuo, de su cultura e incluso de la posición que ocupa dentro de la sociedad. En ese sentido, los presos y “delincuentes” quienes son los que ocupan un lugar inferior en la sociedad siendo estigmatizados, muchas veces de por vida, e incluso experimentan la sensación de que la sociedad, desde fuera, prefiere que se queden dentro de prisión (Jiménez, 2016), podrían afrontar las situaciones de forma diferente al resto de la población.

En este modelo, los autores explican cómo el individuo llega a hacer uso de los recursos y herramientas de afrontamiento que posee. En primer lugar, surge el conflicto, problema o evento estresante para el individuo y él evaluará si la situación influye en sus intereses, determinando si este lo afecta mucho, poco o nada. A partir de ello, la persona procederá a realizar una evaluación primaria respecto a la naturaleza de la situación y el significado que esta tiene para el individuo; y secundaria, respecto al análisis de los recursos materiales y no materiales que la persona posee para poder enfrentar estas situaciones. Es entonces, cuando concluye si es que puede afrontar esta situación o no y cómo la afrontaría (Casado, 2007; Castaño y del Barco, 2010; Frydenberg, 1997; Lazarus y Folkman, 1984).

Por años, han existido algunas discrepancias respecto al uso de los términos estilos y estrategias de afrontamiento; por tanto, es necesario señalar la diferencia entre ambos. En primer lugar, los estilos hacen referencia a recursos propios de la persona como aprendizaje y temperamento, y están presentes por un tiempo prolongado o son permanentes. Mientras que las estrategias están vinculadas a situaciones particulares que ocurren en el día a día, lo que las convierte en circunstanciales y de uso temporal (Díaz et. al, 2000; Carver et. al, 1994). A pesar de ello, algunos autores afirman que ambos conceptos se complementan entre sí, argumentando que los estilos de afrontamiento son formas estables de hacer frente a una situación, mientras que las estrategias serían acciones específicas que surgen como resolución a estas situaciones estresantes (Castaño y del Barco, 2010; Endler, 1996; Pelechano, 2000).

Carver et. al (1989) desarrolló un instrumento en el que factorizó algunas dimensiones del afrontamiento, surgiendo así las estrategias de afrontamiento. En primer lugar se encuentra el afrontamiento activo, el cual hace referencia a optar por ciertos pasos para eliminar el problema directamente; la planificación busca pensar en cómo lidiar con el problema a través de un plan específico; la supresión de actividades en competencia busca enfocarse únicamente en el problema; la restricción o contención del afrontamiento busca aguardar el momento adecuado para actuar; la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales supone la búsqueda de consejos de otras personas; la búsqueda de apoyo social por razones emocionales supone la búsqueda de comprensión por parte de los demás; la reinterpretación positiva y crecimiento busca resignificar el estresor en términos positivos; la aceptación busca aprender del problema para aceptarlo; acudir a la religión supone el uso de la fe como soporte; enfocar y liberar emociones está relacionado al deseo de expresar las emociones que el problema puede generar; la negación busca rechazar la idea de que el problema es real; el desentendimiento conductual hace referencia a dejar de intentar lidiar con el problema y el desentendimiento mental busca la distracción para no pensar en él.

En ese sentido, es importante considerar que el contexto penitenciario y sus diversos factores de riesgo llevarán al individuo a desplegar ciertas estrategias en particular, para así poder adaptarse y sobrellevar este proceso de la mejor manera posible. Por ejemplo, Garland et al. (2015) mencionan que la religión juega un papel importante dentro del contexto penitenciario, ya que muchos de los internos e internas se refugian en la religión buscando el perdón, el cual les ofrece mayor soporte emocional para lidiar con los eventos estresantes propios del penal.

Asimismo, el autor menciona que en adultos mayores, la manera más efectiva de afrontar las situaciones estresantes dentro del contexto penitenciario es a través del soporte social, participando en grupos o comunidades terapéuticas, mientras que para los jóvenes, pertenecer a un grupo dentro del penal previene trastornos como la depresión.

Además, algunas organizaciones como Fraternidad Carcelaria visitan a los internos e internas de los diferentes penales del Perú, llevando donativos u organizando eventos como retiros espirituales y asistencia religiosa para aquellos que deseen recibirla (CEAS, 2012) siendo el grupo con más acogida y respaldo de parte de la institución.

Por otro lado, Dávila (2011) menciona que en el caso de las mujeres privadas de su libertad, las actividades como el estudio o el trabajo se convierten en oportunidades para distraerse mental y emocionalmente, y en recursos para afrontar los problemas, considerándolas actividades que promueven en ellas, el desarrollo de su bienestar.

En ese sentido, se infiere que existe una relación entre el bienestar del individuo y la manera en la que afronta las diversas situaciones adversas. García-Viniegras y González (2000) mencionan que puede existir una relación entre el bienestar psicológico y la manera de afrontar las situaciones de estrés y que ambos dependerán de situaciones sociodemográficas, del contexto social y de las condiciones de vida del individuo. Asimismo, para Altamirano (2013), la relación entre bienestar y las formas de afrontar los problemas se verá afectada por los numerosos estresores a los que se enfrenta el interno e interna durante su ingreso y estadía en el establecimiento penitenciario.

González et. al (2002) realizaron una investigación en adolescentes, en la que se encontraron correlaciones positivas y altamente significativas entre constructos como bienestar psicológico y formas de afrontamiento dirigidas a la resolución del problema, mientras que existían correlaciones negativas y también significativas entre bienestar y formas de afrontamiento de tipo evitativas.

Asimismo, Salotti (2006), encontró una correlación particular entre ambos constructos. Aquellas personas que mostraban bajos niveles de bienestar psicológico solían hacer uso de

estrategias más pasivas, como la negación y el desentendimiento conductual o mental; y con ello tenderían a conservar los aspectos más negativos de las situaciones, aislándose y desarrollando posibles síntomas psicósomáticos.

Igualmente, estudios en jóvenes, como los de García (2015) y Viñas et. al (2015) encontraron que las estrategias de afrontamiento más activas y que apuntan a la resolución de los problemas se vinculaban de forma estrecha con niveles altos de Bienestar Psicológico.

Por tanto, a partir de lo expuesto se deduce que las diferentes circunstancias por las que atraviesan los internos al ingresar, y durante su estadía dentro de un establecimiento penitenciario estarían afectando de manera considerable su bienestar, agravándose la situación en el caso de las mujeres. Asimismo, estas circunstancias adversas las estarían llevando a desplegar diferentes estrategias de afrontamiento con el fin de hacerle frente a sus problemas. Y bajo la evidencia presentada, se sostiene que puede existir una relación entre ambas variables y que tanto el bienestar como las estrategias pueden manifestarse de forma diferenciada en cada grupo que existe dentro del establecimiento.

En ese sentido, la presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre bienestar, y sus respectivas dimensiones, y las estrategias de afrontamiento en un grupo de internas recluidas en un penal de Lima. Adicionalmente, se pretendió analizar posibles diferencias entre grupos, a partir de variables sociodemográficas y jurídicas. Para alcanzar estos objetivos se hizo uso de un diseño cuantitativo aplicado en un único momento.

Método

Participantes

Las participantes fueron 165 internas de un penal de mujeres de Lima Metropolitana, cuyas edades oscilaron entre 23 y 58 años ($M= 32.93$, $DE= 5.34$). Del total de participantes, el 71.2% estaba sentenciada, y el 28.2% se encontraba procesada. Los delitos más comunes entre ellas fueron el de tráfico ilícito de drogas (50.8%), seguido de robo agravado (13%) y extorsión (6.2%). Respecto al grado de instrucción de las participantes, el 43% reportó tener secundaria incompleta, mientras que el 27.7% terminó la secundaria, y solo un 4% poseía estudios superiores completos. El 68.4% de las participantes había nacido en Lima, mientras que el 31% reportó haber nacido en otras regiones.

Asimismo, del total de participantes, el 84.2% reportó tener a su familia más cercana en Lima, mientras que el 14.7% refirió tener a su familia más cercana en otras regiones. Además, solo 11 personas manifestaron no recibir ningún tipo de visita, mientras que el resto sí las recibe, como padres, hijos, amigos, hermanos o pareja. Y solo el 11.5% reportó no tener hijos.

Finalmente, las participantes fueron informadas de manera verbal y escrita acerca de los fines de la investigación, así como del anonimato de sus respuestas. Asimismo, se les pidió firmar un consentimiento informado en el que se garantizaba que su participación era completamente voluntaria y que podrían retirarse en cualquier momento. Se reafirmó que su participación no afectaría de ningún modo su expediente.

Medición

Para evaluar el **Afrontamiento** se usó la adaptación peruana del Inventario de Estimación de Afrontamiento COPE, creado en el año 1989 por Carver, Scheier y Weintraubm.

El COPE original está compuesto por 13 sub-escalas vinculadas a las estrategias de afrontamiento. Dicho instrumento cuenta con 52 ítems, los cuales tienen un formato de respuesta de tipo Likert, con opciones que van desde 1 (casi nunca hago esto) hasta 4 (hago esto con mucha frecuencia) (Carver et.al, 1989).

Esta primera versión del COPE mostró coeficientes de confiabilidad alfa de Cronbach entre .62 y .92 para cada una de las 13 escalas y coeficientes de confiabilidad a través del método test-retest, entre .42 y .89. Los autores analizaron, asimismo, la validez convergente y

discriminante utilizando las pruebas Life Orientation Test (LOT), Self-Esteem Scale, Internal-External Locus of Control Scale, Personal Views Survey y State-Trait Anxiety Inventory. Se encontró una relación positiva entre las estrategias de afrontamiento más adaptativas y las cualidades de personalidad más funcionales para el individuo; las cuales variaron entre .14 y .41. Asimismo, se halló una correlación negativa entre las cualidades de personalidad menos funcionales y las estrategias de afrontamiento consideradas poco adaptativas, las cuales oscilaron entre .12 y .34. Finalmente, se encontraron correlaciones con aquellos constructos que coincidían teórica y empíricamente con las estrategias propuestas por los autores.

Luego de los análisis, decidieron añadir una escala, llamada uso de alcohol y drogas, la cual hacía referencia al uso de sustancias para reducir el estrés; y estaba conformado por un solo ítem, convirtiéndose así en una prueba de 53 ítems y 14 escalas (Carver et.al, 1989). Después, decidieron agregar 3 ítems más a la escala de uso de alcohol y drogas y también crearon una nueva escala vinculada al uso de humor, conformada por 4 ítems (Kallasmaa y Pulver, 2000). Esto generó una tercera versión del COPE conformada por 60 ítems y 15 escalas y que consta de dos versiones: la disposicional y la situacional, cuya diferencia solo se encuentra en la consigna.

En el Perú, Casuso (1996) adaptó y validó la versión de 52 ítems, en población universitaria de Lima. Esta versión mantuvo el formato de respuesta de la versión original. La confiabilidad de este estudio mostró coeficientes entre .40 y .86 para las escalas. Asimismo, la validez fue evaluada a través de un análisis factorial con rotación varimax, arrojando 13 escalas. Esta estructura factorial no coincidía del todo con la prueba original, por lo que propuso reorganizar los ítems.

Para la presente investigación se utilizó una adaptación de la versión de 60 ítems, realizada por Cassaretto y Chau (2016) en un grupo de 300 estudiantes universitarios de Lima. Las autoras consideraron la organización de quince estrategias de afrontamiento: afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades en competencia, restricción o contención del afrontamiento, reinterpretación positiva y crecimiento, aceptación, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual, desentendimiento mental, negación, acudir a la religión, uso del humor y uso de sustancias.

Las estrategias mostraron índices de confiabilidad entre .53 y .91. Si bien, se propone la organización de las estrategias en tres grandes áreas, las autoras sugieren para futuros estudios trabajar predominantemente con las estrategias y no así con las áreas, dado que no cuenta con el respaldo de los autores ni evidencia empírica que lo fundamente. Asimismo, la

validez fue evaluada a través de un análisis factorial exploratorio que arrojó una varianza del 65.15% para los 15 factores.

Luego del análisis de confiabilidad de los datos del presente estudio, se encontró que de las 15 estrategias, 11 de ellas obtuvieron alfas de Cronbach entre .50 y .94. Las estrategias de desentendimiento mental, supresión de actividades, aceptación y afrontamiento activo obtuvieron alfas muy bajas (.33, .36, .43 y .45 respectivamente), por lo que se optó por no utilizarlas en el análisis de datos (Apéndice C).

Para evaluar el **Bienestar Psicológico**, se utilizó la versión reducida de la Escala de Bienestar Psicológico (EBP) creada en el año 1989 por Carol Ryff. La escala original está compuesta por 84 ítems, agrupados en 6 sub-escalas, que hacen referencia a las seis áreas del bienestar psicológico: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. En esta versión la confiabilidad se evaluó a través del estadístico alfa de Cronbach, el cual mostró coeficientes que oscilaban entre .83 y .91 para las escalas.

Van Dierendonck (2004) creó una versión reducida de la misma, con 39 ítems (entre 6 y 8 ítems por escala), mostrando una buena consistencia interna ($.78 < \alpha < .81$). Y un ajuste estable. Conservó el formato original de respuesta tipo Likert con opciones que van desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 6 (totalmente de acuerdo).

A partir de ello, Blanco et. al (2006) adaptaron la escala reducida al español con 467 personas entre los 18 y 72 años. La confiabilidad de esta versión mostró coeficientes alfa de Cronbach entre .68 y .83 para cada una de las seis escalas. Asimismo, para evaluar la validez, se realizó un análisis factorial confirmatorio (método de estimación: máxima verosimilitud), en el que se mostraron buenos indicadores de ajuste para el modelo de seis factores y un solo factor de segundo orden (CFI: .95, NNFI: .94 y SRMR: .05).

Esta versión fue utilizada por De-Juanas, Limón y Navarro (2013), en población española, la cual obtuvo una consistencia interna de .92 para la escala general de Bienestar. En Perú, esta versión fue utilizada por Manyari (2016) en una población de adultos mayores, obteniendo valores alfa entre .67 a .81 para las escalas de la prueba, y .76 para la escala global. Y por Trigoso (2012), en un estudio con pacientes oncológicos, en el que obtuvo una consistencia interna de .82 para la escala global y alfas entre .25 a .64 para las diferentes áreas.

En el presente estudio se encontraron las siguientes alfas de Cronbach: autoaceptación (.54), relaciones positivas (.48), autonomía (.37), dominio del entorno (.57), crecimiento personal (.55) y propósito en la vida (.56). En las escalas de autoaceptación y relaciones

positivas, los ítems 13 y 14 respectivamente, presentaron alfas muy bajos (-.04 y .10), que al neutralizarlos elevaron el coeficiente de confiabilidad de sus escalas. Con ello, los coeficientes alfa de Cronbach para estas escalas quedaron en .63 y .50 respectivamente. Asimismo, la dimensión de autonomía que presentó un coeficiente muy bajo, no se tomó en cuenta para los análisis. Con estas modificaciones, el alfa de Cronbach total de la prueba fue de .79 (Apéndice C).

Análisis de datos

Para el análisis de datos se utilizó el paquete estadístico SPSS en su versión 22. En primer lugar se analizaron las confiabilidades de los instrumentos a través del coeficiente alfa de Cronbach. Luego, se realizó una prueba de normalidad de los datos a través del coeficiente Kolmogorov-Smirnov. Asimismo, se analizaron las asimetrías y curtosis para evaluar la normalidad de los datos y se encontró que en casi todas las variables, las distribuciones son normales; por lo que se optó por el uso de estadísticos paramétricos.

Para responder al propósito del estudio, se realizaron correlaciones entre el bienestar psicológico y sus respectivas áreas, y las estrategias de afrontamiento. Finalmente, se realizaron comparaciones de medias para muestras independientes a través del estadístico t de Student, tanto para el afrontamiento como para el bienestar, considerando variables sociodemográficas como el lugar de procedencia, recibimiento de visitas, tiempo viviendo en Lima; y variables jurídicas como el tipo de delito o la situación jurídica.

Resultados

A continuación se presentan los resultados obtenidos en el estudio de acuerdo a los objetivos planteados. En primer lugar, se muestran los datos descriptivos de la prueba de bienestar psicológico y afrontamiento. Luego se analizan las correlaciones entre los puntajes de la prueba de bienestar psicológico y la prueba de afrontamiento. Finalmente se examinan las diferencias de los puntajes de ambas pruebas según variables sociodemográficas.

A nivel general el área de crecimiento personal de la prueba de bienestar obtuvo el puntaje más alto, mientras que el área de autoaceptación, obtuvo el puntaje más bajo. Asimismo, respecto a las estrategias, el afrontamiento religioso fue reportado como la estrategia más utilizada entre las participantes, seguida de la re-interpretación positiva y crecimiento (APENDICE D).

Respecto al objetivo principal de esta investigación, que busca encontrar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento, se observa que el puntaje general de bienestar psicológico y sus dimensiones respectivas correlacionan positiva y significativamente con las estrategias de planificación, contención del afrontamiento, re-interpretación positiva y crecimiento. Asimismo, cabe señalar que el bienestar psicológico general y sus respectivas áreas correlacionan negativa y significativamente con la estrategia de desentendimiento conductual. Además, en el grupo evaluado, el bienestar psicológico general correlaciona positiva y significativamente con el afrontamiento religioso (Tabla 1).

Al analizar las dos variables del estudio con los datos sociodemográficos y jurídicos de las participantes se observó que el tiempo de reclusión correlacionó positiva y significativamente con el bienestar psicológico general, las relaciones positivas y el crecimiento personal (Tabla 2).

Además, se observó que el tiempo de reclusión también correlacionó positiva y significativamente con algunas estrategias de afrontamiento como planificación, y reinterpretación positiva y crecimiento. Y correlacionó negativa y significativamente con las estrategias de desentendimiento conductual y negación. De igual forma, en el caso del afrontamiento se encontró que la edad se relaciona de manera positiva y significativa con el afrontamiento religioso, y de manera negativa y significativa con el uso del humor (Tabla 3).

Tabla 1
Correlaciones entre Bienestar psicológico y Afrontamiento

Medidas	Bienestar Psicológico General	Autoaceptación	Relaciones Positivas	Dominio del Entorno	Crecimiento Personal	Propósito en la Vida
Planificación	.42**	.30**	.33**	.35**	.31**	.26**
Contención del afrontamiento	.34**	.19*	.21**	.24**	.28**	.32**
Re-interpretación positiva y crecimiento	.44**	.33**	.22**	.38**	.44**	.26**
Enfocar y Liberar emociones	-.17*	-.18*	-.17*	-.13	-.04	-.11
Búsqueda de SS por razones instrumentales	.15	.07	.01	.13	.14	.19*
Búsqueda de SS por razones emocionales	.22**	.19*	.15	.13	.17*	.18*
Desentendimiento conductual	-.30**	-.18*	-.18*	-.28**	-.24**	-.21**
Negación	-.17*	-.10	-.24**	-.13	-.05	-.11
Afrontamiento religioso	.19*	.16*	.11	.17*	.15	.11
Uso del Humor	.04	-.02	-.05	.07	.12	.02
Uso de sustancias	-.09	-.03	-.16*	-.00	-.11	-.05

* $p < .05$. ** $p < .01$.

Tabla 2
Correlaciones de Bienestar psicológico y tiempo de reclusión

Medidas	Tiempo de reclusión (meses)
Bienestar Psicológico General	.21**
Relaciones positivas	.21**
Crecimiento personal	.21**

* $p < .05$. ** $p < .01$.

Tabla 3
Correlaciones de Afrontamiento con tiempo de reclusión y edad

Medidas	Tiempo de reclusión (meses)	Edad
Planificación	.17*	.03
Re-interpretación positiva y crecimiento	.25**	.01
Búsqueda de SS por razones emocionales	.16*	.02
Desentendimiento conductual	-.20**	-.08
Negación	-.18*	.06
Afrontamiento religioso	.02	.18*
Uso del Humor	.03	-.23**

* $p < .05$. ** $p < .01$.

Así también, a nivel específico, es necesario mencionar que existía una diferencia significativa respecto al bienestar psicológico entre las internas que reportan haber culminado sus estudios y aquellas que no. Se observan diferencias significativas respecto a los puntajes del área de dominio del entorno entre aquellas participantes que vivieron la mayor parte de su vida en Lima, en comparación con aquellas que vivieron en otras regiones (Tabla 4).

Tabla 4

Bienestar según grado de instrucción, estado civil, lugar donde vivió la mayor parte de su vida, visita de amigos y visita de pareja

Medidas	M	DE	M	DE	t	d
Grado de Instrucción						
	Escolaridad Incompleta n=85		Escolaridad Completa y Superior n=79			
Bienestar Psicológico General	23.92	2.56	25.12	3.69	-2.40*	0.41
Autoaceptación	3.57	0.66	3.81	0.77	-2.09*	0.33
Relaciones positivas	3.73	0.63	3.99	0.75	-2.36*	0.37
Estado Civil						
	Sin pareja actual n=114		Con pareja actual n=50			
Dominio del Entorno	4.01	0.75	4.50	0.83	-3.74**	0.50
Lugar donde vivió la mayor parte de su vida						
	Lima n=125		Otras Regiones n=31			
Dominio del Entorno	4.21	0.83	3.87	0.68	2.12*	0.34
Visita de Amigos						
	Periódicamente n=68		Nunca n=85			
Bienestar Psicológico General	25.04	3.53	24.03	2.87	2.10*	0.34
Autoaceptación	3.82	0.75	3.56	0.63	2.33*	0.38
Relaciones Positivas	4.05	0.78	3.73	0.58	2.83**	0.52
Visita de Pareja						
	Periódicamente n= 54		Nunca n= 99			
Bienestar Psicológico General	21.36	3.30	19.93	2.29	2.82**	0.62
Autoaceptación	3.86	0.75	3.58	0.65	2.40*	0.39
Relaciones positivas	4.04	0.78	3.78	0.62	2.25*	0.37
Dominio del Entorno	4.40	0.93	4.04	0.68	2.46*	0.53
Propósito en la vida	4.52	0.93	4.13	0.65	2.75**	0.61

* $p < .05$, ** $p < .01$

De la misma manera, la negación parece ser la estrategia de afrontamiento más común en aquellas internas presas por tráfico ilícito de drogas, así como por aquellas internas que se encuentran procesadas (Tabla 5).

Igualmente, se encontró que aquellas internas que reciben visita de personas como la pareja o los amigos, presentan mayores puntajes en bienestar general. Así también, se encontró que este grupo de internas que reciben visita hacen mayor uso de estrategias como la planificación, y la re-interpretación positiva y crecimiento (Tabla 5).

Tabla 5

Afrontamiento según estado civil, delito, situación jurídica, lugar donde se encuentra la familia cercana, visita de pareja y visita de amigos

Medidas	M	DE	M	DE	t	d
Estado Civil						
	Sin pareja actual n=114		Con pareja actual n=50			
Planificación	10.61	2.58	11.62	2.63	-2.29*	0.36
Delito						
	Tráfico ilícito de drogas n=86		Otros n=78			
Negación	7.91	2.91	7.00	2.54	2.12*	0.33
Situación Jurídica						
	Procesada n=48		Sentenciada n=117			
Negación	8.44	3.13	7.09	2.51	2.90**	0.45
Lugar donde se encuentra la familia cercana						
	Lima n=140		Otras Regiones n=24			
Afrontamiento religioso	12.81	2.83	13.96	1.63	-2.80**	0.79
Visita de Pareja						
	Periódicamente n=54		Nunca n=99			
Planificación	11.70	2.64	10.53	2.50	2.73**	0.44
Enfocar y liberar emociones	7.17	1.84	7.88	2.45	-2.03*	0.35
Visita de Amigos						
	Periódicamente n=68		Nunca n=85			
Reinterpretación Positiva y Crecimiento	12.28	2.00	11.47	2.43	2.21*	0.36

* $p < .05$, ** $p < .01$

Por tanto, respecto a los objetivos planteados en la presente investigación, se infiere que sí existe una relación entre el bienestar psicológico y sus respectivas dimensiones, y el afrontamiento. Así como diferencias respecto a ambos constructos entre grupos en relación a variables sociodemográficas y jurídicas, entre las que destacan el grado de instrucción, la visita de parte de los amigos y de la pareja, el lugar donde vivió la mayor parte de su vida, la edad, el estado civil, el lugar donde se encuentra la familia, la situación jurídica, el tiempo de reclusión y el delito.

Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo principal analizar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento en un grupo de internas, así como explorar las posibles diferencias respecto a los constructos entre grupos determinados por variables sociodemográficas y jurídicas. Se empezará por comentar algunos datos descriptivos relevantes que se encontraron durante el análisis. Luego se pasará a discutir las correlaciones encontradas. Finalmente se discutirán algunos datos hallados entre los diferentes grupos.

A nivel descriptivo, el área de crecimiento personal de la prueba de bienestar psicológico fue el de mayor puntaje en el grupo de participantes evaluadas. Es importante considerar que el hecho de que este área sea el de mayor puntaje en este grupo de internas, no necesariamente significa que el área ha sido desarrollada satisfactoriamente. Sin embargo, esta data coincide con algunos estudios en población no reclusa, quienes presentan puntajes similares respecto al área de crecimiento personal (De-Juanas et. al, 2013; Veliz-Burgos y Apodaca, 2011).

Este es un dato curioso ya que desde la literatura, se esperaría que la situación de encarcelamiento y todo lo que ella conlleva, afecte de manera significativa este área. La pérdida de las actividades principales y la postergación de proyectos pueden generar en las personas reclusas una sensación de estancamiento a nivel personal (Altamirano, 2013; Ruiz, 2007; Valverde, 1991). Sumado a la carencia de agencia y al sometimiento, características propias de un establecimiento penitenciario (Goffman, 1972), sería de esperar una sensación de malestar que afecte considerablemente a los internos e internas. Y en el caso de las mujeres, esta situación se agravaría aún más, dado que dejan a la familia, a los hijos, existe carencia de afecto y deterioro en la salud (Borja, 2006).

Además, una investigación realizada por Barbier (2014) en internas de un penal de Lima, mostró que la mayoría de participantes se encontraba ligeramente satisfecha y satisfecha con su vida a pesar de la situación que atravesaban. Por tanto, parece que existen ciertos recursos en la persona o en el contexto que pueden estar orientando a las internas a generar nuevas oportunidades o nuevos planes en la vida para desarrollarse adecuadamente.

El INPE (CEAS, 2005) como institución, les ofrece diversos talleres, para completar su escolaridad o para aprender algunos oficios, y les da la oportunidad de generar sus propios ingresos. Por su lado, Dávila (2011); Guimet (2011); Valverde (1991); mencionan que aquellos internos que están insertos en alguna actividad, ya sea laboral o de estudio, presentan cierta tendencia a enfrentar con mayor facilidad los efectos negativos que la prisión puede

causar en ellos ya que estas actividades se convierten en oportunidades para distraerse mentalmente y generar recursos que resuelvan los conflictos.

Asimismo, la institución les ofrece un servicio de atención psicológica (INPE, 2016), el cual puede configurar un espacio para el conocimiento y desarrollo personal. Sin embargo, es necesario mencionar que a pesar de que se les ofrece un servicio de atención, este carece de presupuesto y de profesionales especializados que atiendan las necesidades de los internos e internas de manera eficiente y comprometida (CEAS, 2005).

Respecto a las estrategias, se encontró que la más utilizada entre el grupo de participantes fue el afrontamiento religioso. Autores como Garland et al. (2015) argumentan que la religión dentro del contexto penitenciario juega un rol importante, ya que el interno busca en ella el perdón, y esta puede convertirse en un soporte emocional para poder lidiar con las dificultades que el contexto presenta.

Norris e Inglehart (2009) consideran que la religión y Dios forman un componente importante en la vida de muchas personas. De la misma manera ocurre dentro del establecimiento penitenciario, ya que el INPE ha generado convenios con algunas instituciones religiosas, quienes intentan ser partícipes del proceso de rehabilitación de los internos: visitándolos, realizando retiros espirituales y eventos religiosos, e incluso proporcionando la visita de sacerdotes para confesarlas (CEAS, 2005). Por tanto, si la religión está presente de manera constante en la dinámica de la institución y además está avalada por el INPE, sería de esperarse que las internas se aproximen y refugien en ella.

Esta situación no implica que el afrontamiento religioso sea la estrategia más efectiva, ya que está considerada como una de las estrategias menos óptimas para resolver las situaciones de estrés (Litman, 2006), debido tal vez, a que la resolución y el dominio del problema están puestos en un objeto externo al individuo: una divinidad, y no son ellas las que cumplen un rol activo frente a la situación. Además, Myers (2013) encontró una relación negativa entre bienestar y vínculo religioso, haciendo referencia a que la religión muchas veces genera comportamientos irracionales, intolerantes o incluso violentos. Algunas manifestaciones de esta relación se presentan en países con altos índices de vínculo religioso pero también con altos índices de fumadores, de suicidios y de crímenes. Sin embargo, es posible que en el contexto penitenciario esta estrategia cumpla una función diferente.

Respecto al objetivo general de la investigación, se encontró que existía una relación positiva entre el bienestar psicológico general, sus respectivas áreas y las estrategias de planificación, contención del afrontamiento y re-interpretación positiva y crecimiento. Algunos autores refieren que la relación estrecha entre bienestar y dichas estrategias es muy

común en numerosos estudios que evalúan ambos constructos, debido a que estas estrategias apuntan a la resolución del problema y, como consecuencia, generan una sensación de bienestar en el individuo (González et. al, 2002; García, 2015; Salotti, 2006; Viñas et. al, 2015). Además, el control de las situaciones incrementaría la satisfacción en el individuo ya que las acciones que está realizando están teniendo éxito y la persona está alcanzando las metas deseadas (Casullo, 2002).

En el caso de las internas evaluadas, podría suceder una situación similar. Utilizan estas estrategias con el fin de resolver los distintos eventos negativos por los que atraviesan durante su estadía en el penal. En primer lugar, para poder planificar cómo resolver una situación y aguardar el mejor momento para actuar, es necesario e importante poseer una motivación intrínseca y una autorregulación (García, 2015), características que podrían estar vinculadas a un bienestar óptimo.

En cuanto a la reinterpretación positiva y el crecimiento, el individuo optaría por darle un nuevo significado al problema, reinterpretarlo como una manera de resolverlo (Carver et. al, 1989), lo cual resultaría satisfactorio para la persona. Además, Viñas et. al (2015) refieren que las mujeres a quienes les cuesta más reinterpretar positivamente las situaciones tienden a presentar bajos niveles de bienestar.

En el caso del contexto penitenciario, la experiencia de encarcelamiento puede ser considerada como una nueva oportunidad que tienen las internas para reflexionar sobre lo acontecido, elegir mejores opciones de vida y empezar de nuevo. Una vez que reconozca cuáles son sus opciones, qué recursos aún conserva y qué otros puede generar dentro del contexto penitenciario, es cuando podría darle un nuevo significado a la situación de conflicto, trazar un plan y esperar el mejor momento para resolverla.

Asimismo, se encontró que existía una relación positiva entre el bienestar psicológico general y algunas de sus áreas: relaciones positivas y crecimiento personal, con el tiempo de reclusión. Al respecto, Paulus y Dzindolet (1993) mencionan que la familiaridad con el espacio, el personal penitenciario, los procedimientos y la población penitenciaria, mejoran con el tiempo que uno se encuentra en prisión; además que colaboran a que disminuyan los síntomas físicos de estrés. Pareciera entonces, que el tiempo prolongado que ellas se encuentran en prisión, es tomado como una oportunidad para crecer a nivel personal y crear o mejorar los vínculos con sus compañeras.

Sin embargo, Smith y Hogal (1973 en Herrera y Expósito, 2010) sostienen que el autoestima y la devaluación de la propia imagen siguen un patrón de U respecto al tiempo de reclusión. Es decir, puede existir un momento en el proceso de reclusión en el que el interno

le de un significado positivo a la situación por la que atraviesa, pero si el tiempo que está en prisión se prolonga excesivamente, el bienestar del individuo empezará a decaer.

Autores como Bermúdez-Fernández (2006); Clemente (1997 en Ruiz, 2007); Valverde (1991), afirman que la capacidad de solucionar problemas y tomar decisiones se ve afectada según se prolonga el tiempo en prisión, ya que el excesivo tiempo libre puede resultar abrumador, provocando una sensación de vacío y pérdida del autoconcepto. Sin embargo, en el caso de las internas evaluadas, sí existe una relación positiva entre el tiempo de reclusión y estrategias como la planificación y la reinterpretación positiva. Esto podría estar vinculado al desarrollo de recursos a través de los diferentes servicios que les ofrece el establecimiento: trabajo, estudio, atención psicológica, entre otros (Dávila, 2011), cuyo acceso podría ser más común en personas con mayor tiempo dentro del establecimiento.

Por el contrario, aquellas internas que se encuentran menos tiempo en prisión, suelen optar por estrategias menos adaptativas como el desentendimiento conductual y la negación. Esto puede deberse a que aquellas internas que no llevan mucho tiempo en prisión, no han tenido el tiempo suficiente para adaptarse al contexto penitenciario y asimilar la situación de encarcelamiento. Su reciente ingreso puede ser considerado para ellas como un trauma (Altamirano, 2013), difícil de procesar en poco tiempo, por lo que prefieren evitarlo. Además, es necesario considerar que muchas de ellas se encuentran en situación de procesadas (28.2%), lo que significa que aún existe la posibilidad de que abandonen el establecimiento en un futuro próximo. Esto supone que la ansiedad y la incertidumbre predominen en este grupo durante el tiempo que ellas se encuentran recluidas (INPE, 2016).

Igualmente, luego del análisis de los constructos respecto a algunas variables sociodemográficas y jurídicas, se encontró en primer lugar que aquellas internas que poseían escolaridad completa o habían realizado estudios superiores presentaban mayores puntajes de bienestar psicológico general y las áreas de autoaceptación y relaciones positivas en comparación a las que no culminaron sus estudios. Este hallazgo coincide con el estudio realizado por Temple (2014), quien encontró que aquellas internas que poseían estudios superiores presentaban mejores índices de bienestar psicológico que aquellas que no habían culminado sus estudios.

Algunos autores mencionan que a mayor nivel educativo existe un mayor bienestar psicológico, y que la variable educativa también se relaciona de manera directa con las dimensiones del bienestar (Guimet, 2011; Velásquez et. al, 2008). Además, la escolaridad o los logros académicos le brindan a la persona la oportunidad de generar mejores relaciones interpersonales, de tomar mejores decisiones, así como la posibilidad de juntar esfuerzos y

recursos para alcanzar sus metas (Pick et al., 2007; Ryff y Singer, 2008) Parece, entonces, que la culminación de los estudios es un elemento importante para el desarrollo emocional del individuo.

Así también, respecto a la dimensión del dominio del entorno de la prueba de Bienestar Psicológico, se encontró que existen diferencias entre aquellas internas que vivieron la mayor parte de su vida en Lima, frente a aquellas internas que no. Aquellas personas que no han vivido mucho tiempo en un determinado lugar, podrían tener problemas para reconocer las herramientas y recursos que les ofrece el contexto y así poder resolver las situaciones conflictivas (Fritz et. al, 2008). Por tanto, la situación por la que atraviesa este grupo de internas que vivieron la mayor parte de su vida en otras regiones, puede ser considerada más complicada que la del resto de sus compañeras.

Al respecto, Berry (2005); Granel (2008); Zlobina et. al (2008) mencionan que al trasladarse a un contexto nuevo, el individuo deja atrás a su familia, amigos, costumbres y comodidades, esto sumado al proceso de adaptación por el que tienen que atravesar al enfrentarse al nuevo contexto al que llegan, puede generar que el bienestar del individuo se vea afectado de manera considerable. Además, este grupo debe enfrentarse a las diferentes condiciones por las que atraviesa una persona al ingresar a un establecimiento penitenciario, afectando aún más su bienestar.

En la misma línea, se encontró que aquellas internas cuyas familias se encontraban en otras regiones del Perú, solían hacer mayor uso del afrontamiento religioso, en comparación a aquellas internas cuyas familias se encontraban en Lima. Altamirano (2013) menciona que dentro del penal, los internos necesitan fuentes de apoyo consistentes, que impliquen intimidad y confianza, tales como las relaciones familiares, las cuáles serán las más efectivas para contrarrestar las situaciones estresantes. Por tanto, aquellas internas que carecen de la presencia de la familia, podrían estar recurriendo a la religión como una manera de refugio emocional, de contención y apoyo en los grupos religiosos que se forman.

Es importante considerar que el número de participantes que vivieron la mayor parte de su vida en otras regiones, así como el número de participantes cuyas familias vivían en otras regiones son bastante reducidos en relación a los grupos de comparación. Por ello, la información discutida debe ser tomada con mucha prudencia.

Así también, se encontraron diferencias respecto al bienestar y el afrontamiento entre aquellas internas que reciben visitas de amigos o de la pareja de manera esporádica frente a las que nunca reciben visita de amigos o de pareja, siendo aquellas internas que reciben visitas

las que poseen mayores niveles de bienestar y hacen mayor uso de estrategias activas u orientadas a resolver los conflictos.

Asimismo, investigaciones como las de Becerra et. al (2008) y Ruiz (2007), encontraron que un amortiguador de los efectos negativos de la prisión es el apoyo social percibido, principalmente de la familia y amigos y que está asociado a menor sintomatología emocional y menores niveles de ansiedad. Esto coincide con lo encontrado por Temple (2014) en su investigación, donde aquellas internas que recibían visitas de amigos y familiares presentaban mayores puntajes respecto al área de relaciones positivas, en comparación a las internas que recibían visitas solo de familiares.

El INPE, como institución, les da la oportunidad de recibir visitas tres veces a la semana (CEAS, 2006) no solo de familiares directos, sino también de amigos, lo cual puede significar un gran soporte emocional para las internas. Sin embargo, la Defensoría del Pueblo (2013a) al entrevistar a 2 194 internas de nueve penales del Perú, encontró que el 51% de las internas no siente un apoyo significativo de parte de familiares, amigos o de los profesionales del penal en momentos de angustia, lo que representa una sensación de abandono por parte de las personas más significativas.

En esa misma línea, Alzugaray y García (2015) mencionan que la presencia de la pareja es un elemento clave para el desarrollo del bienestar del individuo, ya que una relación de pareja implica mayor probabilidad de generar relaciones positivas con otras personas y de sentirse bien consigo mismo, ayudando también a disminuir los efectos negativos de las situaciones estresantes. Por tanto, si bien han perdido el contacto con el mundo externo, y eso ha podido afectar su bienestar, parece que el conservar los vínculos amicales y el de la pareja, las ayuda a sobrellevar esta situación de una manera más conveniente y así poder resolver situaciones difíciles con mayor facilidad.

Sin embargo, es necesario considerar que la gran cantidad de filtros por los que deben atravesar las visitas, las estrictas medidas de seguridad y los horarios restringidos, muchas veces terminan por perjudicar la relación entre la interna y sus visitas (Valverde, 1991).

Por otro lado, en cuanto a la comisión del delito, se encontró que existe una diferencia entre aquellas internas presas por tráfico ilícito de drogas en comparación a aquellas internas presas por otros delitos respecto al uso de la negación, el cual predomina en el primer grupo. Munetz et. al (2001) refieren que la comisión del delito muchas veces está influenciada por el consumo de sustancias, y Altamirano (2013) menciona que aquellas internas que hayan consumido drogas antes de la prisión o las sigan consumiendo, suelen estar en constante negación de la situación por la que atraviesan. Esto podría deberse a que el consumo de

sustancias resulta ser un escape temporal, y coloca al individuo en una situación pasiva frente a los problemas, sin llegar a concretar una solución.

De la misma manera, la negación parece ser una estrategia habitual para aquellas internas que se encuentran en calidad de procesadas. La incertidumbre que las embarga durante el proceso de sus juicios, de no saber si se quedarán dentro del penal o no, o por cuánto tiempo estarán reclusas, podría angustiarlas de manera insostenible (CEAS, 2006). Por tanto, resultará esperable que opten por negar la situación, o no afrontarla directamente, ya que no existe seguridad de lo que ocurrirá más adelante.

En conclusión, existe una relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico y sus respectivas dimensiones en este grupo de internas evaluadas. A pesar de todas las circunstancias por las que ellas atraviesan, a nivel personal y dentro de la institución, predominan en ellas las estrategias que están orientadas a solucionar el problema que, desde la literatura, son las más adecuadas y las que se vinculan con un bienestar psicológico óptimo. Sin embargo, también existen dimensiones y áreas en las que las internas se estarían viendo afectadas por la situación de encarcelamiento, lo cual se manifiesta de manera clara en algunos grupos específicos.

Entre las limitaciones del estudio, es necesario mencionar que si bien, a nivel general, la prueba de afrontamiento funcionó adecuadamente, cuatro áreas no fueron utilizadas para el análisis de datos: desentendimiento mental, afrontamiento activo, supresión de actividades en competencia y aceptación, debido a que poseían alfas de Cronbach menores a .50. En algunos estudios realizados en Perú, se encontró que el desentendimiento mental poseía una de las alfas más bajas, menor a .60 (Cassaretto, 2009; Chau, 2004; Casaretto y Chau, 2016; Rey de Castro, 2017). Asimismo, se encontró en una investigación realizada por Alcalde (1998), que el Afrontamiento Activo poseía un alfa menor a .60. Y Rodríguez (2016) obtuvo puntajes por debajo de .40 en las confiabilidades de estrategias como desentendimiento mental, afrontamiento activo y supresión de actividades.

En el caso de la adaptación realizada por Cassaretto y Chau (2016), las estrategias de desentendimiento mental, afrontamiento activo, supresión de actividades, reinterpretación positiva y aceptación, presentan alfas de Cronbach menores en comparación al resto de estrategias (.53, .54, .62, .66 y .68 respectivamente). Si bien, estos cinco coeficientes son aceptables, son los más bajos frente al resto de estrategias, cuyas confiabilidades oscilan entre .73 y .91.

Asimismo, respecto a la prueba de bienestar psicológico, de manera general funcionó adecuadamente. Sin embargo, a nivel específico, la dimensión de autonomía presentó una

consistencia interna muy baja (.37), por lo que no fue tomada en cuenta para los análisis. Tanto en la prueba original (Ryff, 1989), como en la adaptación peruana realizada por Cubas (2003), no se muestran valores similares respecto a esta dimensión. Esta información podría llevar a suponer que la consistencia interna se vio afectada debido a respuestas aleatorias de las participantes. Además, el 43% de las participantes no había finalizado la secundaria, y ello pudo haber generado dificultades al resolver los cuestionarios. Incluso, aquellas internas que reportaron haber culminado la secundaria, mostraron inconvenientes para entender ciertos ítems, sobre todo los de la prueba de afrontamiento.

En ese sentido, se espera que el presente trabajo promueva la realización de más investigaciones en instituciones penitenciarias, ya que las que existen son pocas. Así también, se podrían realizar investigaciones en población penitenciaria femenina y masculina, comparando los mismos constructos entre ambos grupos. De la misma manera, se podrían realizar investigaciones en los diferentes grupos que existen dentro de los establecimientos penitenciarios, como internos e internas que provienen de otras regiones del Perú o del extranjero, internos e internas que se encuentran presos por determinados delitos, entre otros.

Por último, se espera que la presente investigación sirva de referente en los establecimientos penitenciarios para que los profesionales de tratamiento, sobre todo en salud mental puedan ofrecer un servicio adecuado a las internas e internos, tanto de forma individual como grupal, de acuerdo a sus respectivas necesidades y características, considerando que incluso dentro de los establecimientos penitenciarios de mujeres, existen diferentes grupos que necesitan una atención diferenciada por parte del personal de tratamiento.

Referencias

- Alcalde, M. (1998) *Nivel de autoeficacia percibida y estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima* (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Altamirano, Z. (2013) *El bienestar psicológico en prisión: antecedentes y consecuencias* (Tesis doctoral). Universidad Autónoma, Madrid.
- Alzugaray, C. & García, F. (2015) Relaciones de pareja y bienestar psicológico. *Researchgate*, 237-251.
- Barbier, M. (2014) *Agencia personal y bienestar subjetivo en mujeres privadas de su libertad* (Tesis de licenciatura inédita). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Becerra, S.; Torres, G. & Ruiz, J. (2008) Un estudio longitudinal y comparativo sobre la adaptación psicosocial a contextos carcelarios. *Anuario de psicología jurídica*, 1(18), 61-72.
- Bermúdez-Fernández (2006) Efectos psicológicos del encarcelamiento. En Sierra, J.; Jiménez, E. & Buela, G. (coord.) *Psicología Forense: manual de técnicas y aplicaciones*. España: Biblioteca Nueva.
- Berry, J. (2005) Acculturation: living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 1(29), 697 – 712.
- Blanco, A.; Díaz, D.; Gallardo, I.; Moreno-Jiménez, B.; Rodríguez-Carbajal, R.; Valle, C. & Van Dierendonck, D. (2006) Adaptación de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema* 18(3), 572-577.
- Borja, M. (2006) *La mujer en el sistema penitenciario peruano*. Lima: IDEMSA.
- Campos, G. (2015) *Situación actual del Sistema Penitenciario Peruano* [diapositivas de power point]. Recuperado de: https://www.inei.gob.pe/media/criminalidad/Exposiciones/Gustavo_Adolfo.pdf
- Cárdenas, A. (2011) *Mujeres y cárcel: diagnóstico de las necesidades de grupos vulnerables en prisión*. Universidad Diego Portales, Santiago de Chile.
- Carver, C.; Kumari, J. & Scheier, M. (1989) Assessing Coping Strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology* 2(56), 267 – 283.
- Carver, C & Scheier, M. (1994) Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 184-195.
- Casado, F (2007) Modelo de afrontamiento de Lazarus como heurístico de las intervenciones psicoterapéuticas. *Apuntes de Psicología*, 20, 403-414.

- Cassaretto, M. (2009) *Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en pre-estudiantes universitarios de Lima Metropolitana* (Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.
- Cassaretto, M. & Chau, C. (2016) Afrontamiento al Estrés: adaptación del cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 42(2), 95-109.
- Castaño, E. & del Barco, B. (2010) Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy* 10 (2), 245-257.
- Casullo, M. (2002) *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Casuso, L. (1996) *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de Afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* (Tesis de licenciatura inédita). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Chau, C. (1999) Consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes universitarios: Motivaciones y estilos de afrontamiento. *Persona: Revista de la Facultad de Psicología*, 2, 121-161.
- Chau, C. (2004) *Determinants of alcohol use among university students: The role of stress, doping and expectancies*. Katholieke Universiteit Leuven, Amsterdam.
- Collier, S. & Hatters, S. (2016) Mental Illness Among Women Referred for Psychiatric Services in a New Zealand Women's Prison. *Behavioral Sciences and the Law*, 34, 539-550.
- Comisión Episcopal de Acción Social - CEAS (2005) *Diagnóstico sobre la situación de los derechos civiles: integridad física y acceso a la justicia de las personas privadas de libertad en siete penales del país*. Lima.
- Comisión Episcopal de Acción Social - CEAS (2006) *La realidad del sistema penitenciario en el Perú: Diagnóstico, limitaciones y retos*. Lima.
- Comisión Episcopal de Acción Social - CEAS (2012) *Las personas privadas de libertad en el Perú, un análisis y reflexión desde la labor de Pastoral de Cárceles*. Lima.
- Correctional Service Canada (2004) *Program strategy for woman offenders*. Recuperado el 10 de julio de 2018 de http://www.csc-scc.gc.ca/text/prgrm/fsw/fsw18/fsw18_part_2-eng.shtml#mhp
- Cubas, M. (2003) *Bienestar Subjetivo, Bienestar Psicológico y Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios* (Tesis de licenciatura inédita). Universidad de Lima, Lima.

- Dávila, M. (2011) *Using leisure as a coping tool: a feminist study of the recreational experiences of incarcerated women in a Puerto Rican Prison* (Tesis doctoral). University of Illinois at Urbana-Champaign, Illinois.
- Defensoría del Pueblo (2013a) *Decimoséptimo informe anual de la Defensoría del Pueblo*. Lima: Defensoría del Pueblo. Recuperado de: <http://www.defensoria.gob.pe/modules/Downloads/informes/anuales/Decimoseptimo-Informe-Anual.pdf>
- Defensoría del Pueblo (2013b) *Lineamientos para la implementación de las reglas de Bangkok en el sistema penitenciario peruano*. Lima: Defensoría del Pueblo. Recuperado de: <http://investigacion.pucp.edu.pe/grupos/gipfp/wp-content/uploads/sites/101/2015/11/Lineamientos-para-la-implementaci%C3%B3n-de-las-Reglas-de-Bangkok-en-el-sistema-penitenciario-peruano.pdf>
- Defensoría del Pueblo (2016) *Vigésimo informe anual*. Lima: Defensoría del Pueblo. Recuperado de: http://www.defensoria.gob.pe/modules/Downloads/informes/anuales/Informe_anual_completo_2016.1.pdf
- De-Juanas, A.; Limón, M. & Navarro, E. (2013) Análisis del bienestar psicológico, estado de salud percibido y calidad de vida en personas adultas mayores. *Pedagogía Social: revista interuniversitaria*, 22(1), 153-168.
- Díaz, M.; Jiménez, M. & Fernández-Abascal, E. (2000) Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento. *Revista electrónica de Motivación y Emoción* 3(4).
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent coping: Theoretical and research perspectives*. Londres y Nueva York: Psychology Press.
- Fritz, M. V., Chin, D. & DeMarinis, V. (2008) Stressors, anxiety, acculturation, and adjustment among international and North American students. *International Journal of Intercultural Relations*, 32, 244–259.
- García, J. (2015) *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer y segundo semestre académico* (Tesis de licenciatura). Universidad de Antioquía, Medellín.
- García-Viniegras, C. & González, I. (2000) La categoría bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana Med Gen Integr*, 16 (6), 586-592.
- Garland, B.; Wodahl, E. & Gretchen, E. (2017) Religious Beliefs and Public Support for Prisoner Reentry. *Criminal Justice Policy Review*, 28(9), 879-895.

- Granel, L. (2008) *El desarraigo y el duelo migratorio en la experiencia de la migración* (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Goffman, E. (1972) *Internados*. Buenos Aires: Amorrortu.
- González, R.; Montoya, I.; Casullo, M. & Bernabéu, J. (2002) Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema* 14(2), 363-368.
- Guimet, M. (2011) Bienestar Psicológico en un grupo de mujeres privadas de su libertad que realizan ejercicio físico (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Herrera C, & Expósito F. (2010) Una vida entre rejas: aspectos psicosociales de la encarcelación y diferencias de género. *Intervención psicosocial*, 19 (3), 235 - 241.
- INPE (2016) *Informe Estadístico Penitenciario*. Ministerio de Justicia y Derecho Humanos. Recuperado de: <https://www.inpe.gob.pe/concurso-a/estad%C3%ADstica/2017-1/534-diciembre-2017/file.html>
- INPE (2017) *Informe Estadístico Penitenciario*. Ministerio de Justicia y Derecho Humanos. Recuperado de: <https://www.inpe.gob.pe/normatividad/estad%C3%ADstica/2016/92-diciembre-2016/file.html>
- Jiménez, R. (2016). La resignificación del suplicio hoy: un estudio de caso en los contextos del Perú y Chile. En C. Constant (ed.) *Pensar las cárceles de América Latina* (67-87). Lima: Tarea Asociación Gráfica Educativa.
- Kallasmaa, T. & Pulver, A. (2000) The structure and properties of the Estonian COPE inventory. *Personality and Individual Differences*, 29(5), 881-894.
- Kendall, R. (2010) *Experiencia carcelaria y salud mental en mujeres peruanas privadas de libertad penal de chorrillos* (Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984) *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Litman, J. (2006) The COPE inventory: Dimensionality and relationships with approach- and avoidance-motives and positive and negative traits. *Personality and Individual Differences*, 41, 273-284.
- Manyari, W. (2016) *Bienestar Psicológico y autoeficacia en adultos mayores de un centro de adulto mayor (CAM) de Lima* (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- McLachlan, D. & Justice, J. (2009) A Grounded theory of international student wellbeing. *Journal of theory construction & testing*, 1(13), 27-32.

- Meléndez, J., Tomás, J. y Navarro, E. (2009) Envejecimiento y bienestar: Avances en investigación. *Persona*, 12, 83-103.
- Munetz, M; Grande, T. & Chambers, M. (2001) The incarceration of individuals with severe mental disorders. *Community Ment Health*, 37(4), 361-372.
- Myers, D. (2013) Religious engagement and well-being. En David, S.; Boniwell, I. & Conley, A. (ed.) *The Oxford handbook of Happiness* (88-116). Reino Unido: Oxford university press.
- Norris, P. & Inglehart, R. (2009) *Cosmopolitan Communications Cultural: Diversity in a Globalized World*. Inglaterra: Cambridge University Press.
- OMS (2007) *Prevención del suicidio en cárceles y prisiones*. Ginebra: Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias.
- Paulus, P. B. & Dzindolet M. (1993) Reactions of male and female inmates to prison confinement: Further evidence for a two-component model. *Criminal Justice and Behavior* 33, 145-152.
- Pavot, W. & Diener, E. (2013) Happiness experienced: the science of subjective well-being. En David, S.; Boniwell, I. & Conley, A. (ed.) *The Oxford handbook of Happiness* (134-151). Reino Unido: Oxford university press.
- Pelechano, V. (2000). *Psicología sistemática de la personalidad*. Barcelona: Ariel.
- Pick, S. Sirkin, J. Ortega, I. Osorio, P. Martínez, R. Xocolotzin, U. & Givaudan, M., (2007) Escala Para Medir Agencia Personal y Empoderamiento (ESAGE). *Revista Interamericana de Psicología*, 41(3), 295-304.
- Rey de Castro, C. (2017) *Autoestima, afrontamiento y bienestar en un grupo de mujeres con depresión* (Tesis de licenciatura inédita). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Rodríguez, C. (2016) *Afrontamiento y CVRS en pacientes migrantes con cáncer de mama* (Tesis de licenciatura inédita). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Ruiz, J. (1999) Estrés en prisión y factores psicosociales. *Revista colombiana de psicología*, 8, 120-130.
- Ruiz, J. (2007) Síntomas psicológicos, clima emocional, cultura y factores psicosociales en el medio penitenciario. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3), 547-561.
- Ryan, R. & Deci, E. (2001) On happiness and human potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Reviews of Psychology* 1(52), 141– 166.

- Ryff, C. (1989) Happiness is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology* 6(57), 1069-1081.
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995) The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Ryff, C. & Singer, B. (2008) Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9, 13-39.
- Salotti, P. (2006) *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Buenos Aires: Departamento de Investigación de la Universidad de Belgrano.
- Sánchez, G. & López, M. (2008) Ansiedad y modos de aculturación en la población migrante. *Apuntes de Psicología*, 23(3), 399 – 410.
- Temple, S. (2014) *Bienestar Psicológico y esperanza en internas de un penal de Lima* (Tesis de licenciatura inédita). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Trigoso, V. (2012) *Ajuste mental al cáncer y bienestar psicológico en pacientes oncológicos adultos* (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Valverde, J. (1991) *La cárcel y sus consecuencias: la intervención sobre la conducta desadaptada*. Madrid: Popular.
- Velásquez, C.; Montgomery, W.; Montero, V.; Pomalaya, R.; Dioses, A.; Araki, R. & Reynoso D. (2008) Bienestar psicológico, asertividad y rendimiento académico en estudiantes universitarios sanmarquinos. *Revista de investigación en Psicología*, 11(2), 139-152.
- Van Dierendonck, D. (2004) The construct validity of Ryff's Scale of Psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences* 36 (3), 629-644.
- Velásquez, D. (2016) Exploring the associations between child contact and program participation among parents in prison (Tesis). Georgia State University, Georgia.
- Veliz-Burgos, A. & Apodaca, P. (2011) Niveles de autoconcepto, autoeficacia académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de la Ciudad de Temuco. *Salud y Sociedad* 3(2), 131-150.
- Viñas, F.; González, M.; García, Y.; Malo, S. & Casas, A. (2015) Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología* 31(1), 226-233.

- Wakehan, A. (2014) *Bienestar y estilos de humor en internas de un penal de mínima seguridad de Lima* (Tesis de licenciatura inédita). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Waterman, A. (1993) Two conceptions of happiness: contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *J. Pers. Soc. Psychol*, 64(4), 678–91
- Zlobina, A.; Basabe, N. & Páez D. (2008) Las estrategias de aculturación en inmigrantes: su significado psicológico. *Revista de Psicología Social*, 23(2), 143-150.



APÉNDICE A

Consentimiento Informado

La presente investigación es conducida por Yosselin del Solar Cárdenas y Rafaela Maldonado Carreras, estudiantes de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, bajo la dirección de la profesora Patricia Martínez. El objetivo de este estudio es conocer las distintas maneras de sentir y actuar, de resolver los problemas, y del apoyo que reciben las internas.

Si usted desea participar del estudio se le pedirá responder tres cuestionarios y una ficha de datos. La información que brinde será anónima y utilizada únicamente para los fines de la investigación. Asimismo, cabe señalar que la información que brinde no influenciará, en ningún sentido en su legajo.

La participación en esta investigación es estrictamente voluntaria. Si tiene alguna duda durante su participación puede hacer las preguntas que considere necesarias. Igualmente, puede retirarse en cualquier momento sin que eso la perjudique de alguna manera. La información recogida será devuelta a las participantes de manera grupal al finalizar el estudio.

Después de haber leído las condiciones del presente estudio, marque en el recuadro si desea participar.

Sí, acepto participar de manera voluntaria en esta investigación

Firma del participante (Opcional)

Firma de la estudiante

Fecha: Lima, _____ de _____ del 2017

APÉNDICE B

Ficha de Datos Sociodemográficos

1. Edad: _____

2. Estado civil:

Soltera	
Casada	
Viuda	
Divorciada	
Conviviente	
Separada	

3. Grado de instrucción:

Primaria Incompleta	
Primaria Completa	
Secundaria Incompleta	
Secundaria Completa	
Superior Incompleta	
Superior Completa	

4. Lugar de nacimiento: _____

5. Mencione los lugares (**regiones**) donde ha vivido **antes de su ingreso al penal** y el tiempo que estuvo en cada lugar (**en orden cronológico**):

Región	Tiempo de residencia

6. Si se mudó a Lima antes de su ingreso al penal, indique la razón: _____

7. ¿Dónde vive su familia **más cercana**?

- Lima
- Otras regiones

8. Situación Jurídica:

- Procesada
- Sentenciada Tiempo de sentencia: _____

9. Tiempo de reclusión: _____

10. Tipo de Delito: _____

11. ¿Tiene hijos?

- Sí
- No

12. Si la respuesta fue **SI**, ¿cuántos y qué edades tienen?'

Número de hijos	Edades

13. ¿Recibe visitas?

- Sí
- No

14. Si la respuesta fue **SI**, complete el cuadro:

Visitas	Frecuencia			
	Semanalmente	Mensualmente	De vez en cuando	Nunca
Padre				
Madre				
Hijos				
Pareja				
Amigos				
Otros:				

APENDICE C

Análisis de Confiabilidad

Tabla 1

Análisis de confiabilidad para las áreas de la prueba de Bienestar Psicológico

Escala	Ítem	Correlación inicial	Correlación final
Autoaceptación	1	.39	.36
	7	.10	.20
	13	-.04	
	19	.39	.48
	25	.36	.34
	31	.55	.56
	Alfa	.54	.63
Relaciones Positivas	2	.26	.31
	8	.31	.39
	14	.10	
	20	.24	.25
	26	.21	.22
	32	.33	.22
	Alfa	.48	.50
Autonomía	3	.16	
	4	.18	
	9	.18	
	10	-.08	
	15	.15	
	21	.14	
	27	.30	
	33	.24	
Alfa	.37		
Dominio del Entorno	5	.32	
	11	.30	
	16	.38	
	22	.15	
	28	.39	
	39	.36	
	Alfa	.57	
Crecimiento Personal	24	.35	
	30	.31	
	34	.18	
	35	.15	
	36	.13	
	37	.47	
	38	.37	
Alfa	.55		

	6	.22
	12	.45
	17	.32
Propósito en la Vida	18	.35
	23	.34
	29	.15
	Alfa	.56

Tabla 2
Análisis de confiabilidad para la prueba de Bienestar Psicológico

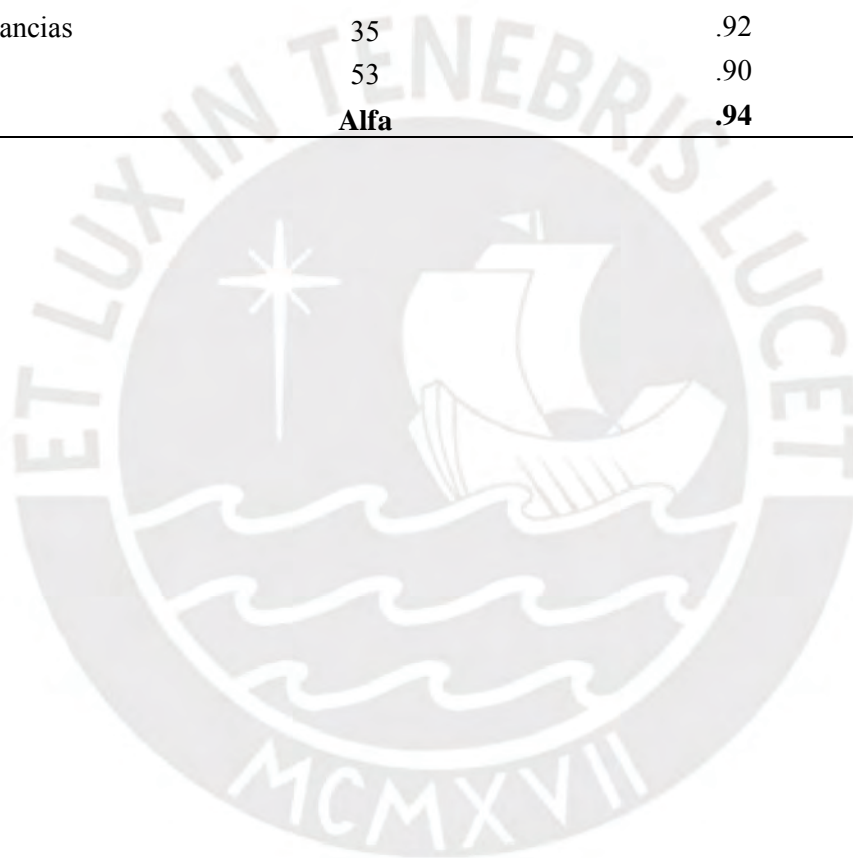
Escala	Área	Correlación
Bienestar Psicológico	Autoaceptación	.65
	Relaciones Positivas	.35
	Dominio del Entorno	.63
	Crecimiento Personal	.63
	Propósito en la Vida	.60
	Alfa	.79

Tabla 3
Análisis de confiabilidad para las Estrategias de Afrontamiento de la prueba COPE 60

Escala	Ítem	Correlación
Afrontamiento Activo	5	.37
	25	.13
	47	.28
	58	.27
	Alfa	.45
Planificación	19	.47
	32	.52
	39	.40
	56	.49
	Alfa	.69
Supresión de Actividades	15	.13
	33	.10
	42	.30
	55	.26
	Alfa	.36
Contención del afrontamiento	10	.24
	22	.26
	41	.45
	49	.25
	Alfa	.50

	1	.24
Re-interpretación positiva y crecimiento	29	.27
	38	.41
	59	.48
	Alfa	.56
	13	.32
Aceptación	21	.27
	44	.26
	55	.13
	Alfa	.43
	3	.40
Enfocar y Liberar emociones	17	.44
	28	.14
	46	.53
	Alfa	.58
	4	.42
Búsqueda de SS por razones instrumentales	14	.58
	30	.44
	45	.41
	Alfa	.68
	11	.49
Búsqueda de SS por razones emocionales	23	.53
	34	.47
	52	.63
	Alfa	.74
	9	.41
Desentendimiento conductual	24	.40
	37	.37
	51	.35
	Alfa	.60
	6	.38
Negación	27	.41
	40	.57
	57	.49
	Alfa	.68
	2	.08
Desentendimiento mental	16	.23
	31	.25
	43	.12
	Alfa	.33

	7	.51
	18	.61
Afrontamiento religioso	48	.47
	60	.48
	Alfa	.70
	8	.43
	20	.68
Uso del Humor	36	.66
	50	.72
	Alfa	.80
	12	.80
	26	.84
Uso de sustancias	35	.92
	53	.90
	Alfa	.94



APENDICE D**Estadísticos Descriptivos**

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de Bienestar Psicológico

Medidas	M	DE	Min	Max
Bienestar Psicológico General	159.59	21.14	107.00	226.00
Autoaceptación	3.68	0.75	1.83	5.67
Relaciones positivas	3.86	0.76	1.83	6.00
Dominio del entorno	4.16	0.80	1.83	6.00
Crecimiento personal	4.46	0.71	2.57	6.00
Propósito en la vida	4.29	0.79	1.50	6.00

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de Afrontamiento

Medidas	M	DE	Min	Max
Planificación	10.93	2.62	6.00	16.00
Contención del afrontamiento	9.44	2.41	4.00	16.00
Re-interpretación positiva y crecimiento	11.90	2.29	6.00	16.00
Enfocar y Liberar emociones	7.61	2.34	4.00	15.00
Búsqueda de SS por razones instrumentales	10.40	2.78	4.00	16.00
Búsqueda de SS por razones emocionales	9.44	2.98	4.00	16.00
Desentendimiento conductual	6.45	2.21	4.00	13.00
Negación	7.48	2.76	4.00	16.00
Afrontamiento religioso	12.97	2.71	4.00	16.00
Uso del Humor	6.28	2.42	4.00	15.00
Uso de sustancias	4.64	1.91	4.00	16.00