



**UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**SOPORTE SOCIAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN  
INTERNOS E INTERNAS DEL ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE  
QUILLABAMBA, CUSCO 2018**

**Tesis presentada por:**

Bach. Linda Evans Florez Espinoza  
Bach. Juliet Samantha Jimenez  
Huacac

**Para optar el título profesional de  
psicóloga**

**Asesor:**  
Mg. Gareth Del Castillo Estrada

**Cusco – 2019**



## AGRADECIMIENTOS

A la Universidad Andina del Cusco, por ser nuestro centro de estudio y a todos nuestros docentes que nos acompañaron en este proceso de aprendizaje y formación.

A nuestro asesor de tesis, Mg. Gareth Del Catillo Estrada, quien nos brindó constante apoyo, gracias a sus conocimientos y paciencia logramos culminar con éxito nuestra investigación.

Al Establecimiento Penitenciario de Quillabamba y al Director Julio Meniz Grados por autorizarnos el ingreso a la población y brindarnos el espacio y facilidad para poder recabar la información respectiva para el presente estudio, de la misma manera a los agentes de seguridad por apoyarnos en la aplicación de los instrumentos.

Linda y Samantha



## DEDICATORIA

Dedico a Dios por siempre darme fortaleza,  
paciencia y perseverancia para concluir con  
esta etapa de mi vida.

A mis padres Enrique y Loli, porque no existe nada comparado  
al gran amor y apoyo que me brindaron, todo mi  
esfuerzo y logros se los dedico a ellos, siempre estaré  
infinitamente agradecida por sus sacrificios, sus enseñanzas  
y por conducirme por un buen camino.

A mis amigas por culminar esta etapa juntas siempre velando  
la una por la otra y dándonos el apoyo que necesitamos  
y a la persona que me acompañó y me apoyó  
incondicionalmente con su paciencia,  
su comprensión, su fuerza y sobre todo su amor.

*Linda Florez Espinoza*



Dedico este trabajo principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mi madre Sonia Huacac y mi padre Ever Jimenez, por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño, amor, apoyo incondicional y sacrificio sin importar nuestras diferencias de opiniones.

A mi tía Mery Huacac, a quien quiero como a una madre, por compartir momentos significativos conmigo y por siempre estar dispuesta a escucharme y ayudarme en cualquier momento.

A mi hermano Everson Jimenez por su cariño y apoyo incondicional, durante todo este proceso, por estar conmigo en todo momento y a toda mi familia porque con sus oraciones, consejos y palabras de aliento hicieron de mi una mejor persona y de una u otra forma me acompañan en todos mis sueños y metas.

*Juliet Samantha Jimenez Huacac*



**JURADO DE TESIS**

**Dictaminantes:**

Ps. Katherine Calderón Córdova

Mtro. Ps. Juvenal Rodrigo Reyes Marces

**Replicantes:**

Dr. Ps. Ysabel Masias Ynocencio

Ps. Bettina Contreras Florez

**Asesor:**

Mg. Gareth Del Catillo Estrada



**INDICE**

**CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN**

1.1. Planteamiento del problema.....	1
1.2. Formulación del problema.....	5
1.2.1. Problema general.....	5
1.2.2. Problemas específicos.....	6
1.3. Justificación.....	6
1.3.1. Conveniencia.....	6
1.3.2. Relevancia social.....	7
1.3.3. Implicancias prácticas.....	7
1.3.4. Utilidad metodológica.....	7
1.4. Objetivos.....	7
1.4.1. Objetivo General.....	7
1.4.2. Objetivos Específicos.....	8
1.5. Delimitación del estudio.....	8
1.5.1. Delimitación espacial.....	8
1.5.2. Delimitación temporal.....	8
1.6. Aspectos éticos.....	8

**CAPITULO II: MARCO TEÓRICO**

2.1. Antecedentes del estudio.....	10
2.1.1. Antecedentes internacionales.....	10
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	11
2.2. Bases teóricas.....	16
2.2.1 Soporte social.....	16
2.2.2. Estrategias de afrontamiento.....	24
2.3. Hipótesis del trabajo.....	38
2.3.1. Hipótesis general.....	38



2.3.2. Hipótesis específicas.....	38
2.4. Variable.....	39
2.4.1. Identificación de variables.....	39
2.4.2. Operacionalización de variables.....	39
2.5. Definición de términos básicos.....	43
<b>CAPITULO III: MÉTODO</b>	
3.1. Alcance del estudio.....	44
3.2. Diseño de investigación.....	44
3.3. Población.....	45
3.4. Muestra.....	48
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	51
3.5.1. Técnicas.....	51
3.5.2. Instrumentos.....	51
3.6. Validez y confiabilidad de instrumentos.....	56
3.7. Plan de análisis de datos.....	58
<b>CAPÍTULO IV: RESULTADOS</b>	
4.1. Resultado respecto a los objetivos específicos.....	59
4.2. Resultado respecto al objetivo general.....	66
<b>CAPÍTULO V: DISCUSIÓN</b>	
5.1. Discusión de los hallazgos más relevantes y significativos.....	68
5.2. Limitaciones del estudio.....	74
5.3. Comparación crítica con la literatura existente.....	74
5.4. Implicancias del estudio.....	77
Conclusiones.....	78
Recomendaciones.....	81
Bibliografía.....	82



**RELACIÓN DE TABLAS**

Tabla 1. <i>Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según género.....</i>	45
Tabla 2. <i>Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según delito.....</i>	46
Tabla 3. <i>Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según el tiempo de permanencia.....</i>	47
Tabla 4. <i>Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según género.....</i>	49
Tabla 5. <i>Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según el delito.....</i>	50
Tabla 6. <i>Muestra probabilística para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según el tiempo de permanencia.....</i>	51
Tabla 7. <i>Nivel de soporte social en el Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	59
Tabla 8. <i>Nivel de soporte social en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	60
Tabla 9. <i>Estrategias de afrontamiento en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	61
Tabla 10. <i>Nivel de soporte social según delito en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	62
Tabla 11. <i>Estrategias de afrontamiento según delito en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	63
Tabla 12. <i>Nivel de soporte social según tiempo de reclusión en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	64
Tabla 13. <i>Estilo de afrontamiento según tiempo de reclusión en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	65
Tabla 14. <i>Relación entre el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.....</i>	66





**RELACIÓN DE FIGURAS**

<i>Figura 1.</i> Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según género.....	46
<i>Figura 2.</i> Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según delito.....	47
<i>Figura 3.</i> Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según el tiempo de permanencia.....	41
<i>Figura 4.</i> Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según género.....	49
<i>Figura 5.</i> Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según el delito.....	50
<i>Figura 6.</i> Muestra probabilística para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según el tiempo de permanencia.....	51



### **Lista de Apéndices**

Apéndice A. Instrumento de recolección de datos

Apéndice B. Solicitud de autorización



## RESUMEN

La presente investigación titulada soporte social y estrategias de afrontamiento en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018, tuvo por objetivo identificar el grado de relación entre el soporte social y las estrategias de afrontamiento. El diseño de investigación es no experimental - transversal de alcance descriptivo correlacional. La población estuvo integrada por 332 internos e internas por lo tanto la muestra es de 222, a las cuales se les aplico el Inventario de Soporte Social y el Cuestionario COPE. El análisis de los resultados se realizó a través del paquete estadístico SPSS 23, con un nivel de confianza del 95%. De los resultados se determinó que al 95% de confiabilidad, se afirma que no existe relación entre el soporte social y las estrategias de afrontamiento en los internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba, donde se puede concluir que el apoyo social percibido por dicha población no se asocia en las estrategias que desarrollen y empleen para afrontar las situaciones estresantes y/o dificultades.

**Palabras clave:** Soporte social, Estrategias de afrontamiento, Internos e internas.

**ABSTRACT**

The present research entitled social support and coping strategies in inmates of the penitentiary of Quillabamba, Cusco 2018, aimed to identify the degree of relationship between social support and coping strategies. The research design is non - experimental - transversal with correlational descriptive scope. The population was integrated by 332 internal and internal therefore the sample is of 222, to which the Inventory of Social Support and the Questionnaire COPE 60 was applied to them. The analysis of the results was made through the statistical package SPSS 23, with a confidence level of 95%. From the results it was determined that at 95% reliability, it is affirmed that there is no relationship between social support and coping strategies in the inmates of the penitentiary in Quillabamba, it can be concluded that social support has been affected by this population has not been associated with development and development strategies to deal with situations of stress and / or difficulties.

**Keywords:** Social support, coping strategies, internal.



## CAPÍTULO I

### INTRODUCCIÓN

#### 1.1. Planteamiento del problema

El Instituto Nacional Penitenciario (INPE) “es una institución ejecutante del sector de justicia, rector del sistema penitenciario nacional, con personería jurídica de derecho público y con autonomía, financiera, económica, administrativa y técnica” (Decreto Legislativo 654, 1991). Conforman un pliego presupuestario y se conduce por su reglamento y el código de ejecución penal (INPE, 2018). Dentro de sus principales funciones encontramos: dirigir el sistema nacional penitenciario, elaborar estudios sobre crimen, efectuar políticas de prevención de delito y ofrecer asistencia post penitenciaria (INPE, 2018); con el propósito de garantizar una apropiada política penitenciaria encaminada a la “rehabilitación, reeducación y reincorporación del interno a la sociedad” (Decreto Legislativo 654, 1991), del mismo modo a la seguridad y conservación de la infraestructura de los establecimientos penitenciarios. Para cumplir con el propósito, está encargado el INPE de otorgar: la convicción de los establecimientos penitenciarios, la disposición de condiciones de una calidad de vida integra a los internos durante su reclusión y su tratamiento eficiente (Arauco, 2015), con la finalidad de ofrecer a la ciudadanía una persona que haya desarrollado sus capacidades y habilidades positivamente para reinsertarse a la sociedad y de esa manera evitar que realice nuevos delitos.

La institución penitenciaria tiene tres tipos de trabajadores públicos: aquellos que proporcionan servicios dentro del área administrativa, los trabajadores penitenciarios



encargados, primordialmente, de las labores de seguridad de los internos e internas, como agentes de seguridad y profesionales, y el personal destinado al tratamiento de los internos (Arauco, 2015). Por la condición de su labor estos trabajadores penitenciarios deben enfrentar distintas dificultades y riesgos entre ellas la inseguridad dentro de este ambiente, que normalmente otros trabajadores no asumen en otras instituciones públicas. En el Informe Defensorial especifica que el trabajo en los establecimiento penitenciarios constituyen un servicio público de alta implicancia social, lo cual el personal penitenciario cumple una labor de mucha importancia, donde son responsables de cumplir los objetivos de la cárcel (Informe Defensorial N°154, 2011).

Dentro de cada establecimiento penitenciario a parte del área administrativa y de salud, existe el área de tratamiento penitenciario que es el Órgano Técnico de Tratamiento (OTT) que consiste en las áreas principales de asistencia psicológica, asistencia social y asistencia legal, existiendo también otras áreas como la educación y trabajo.

El trabajo penitenciario se desarrolla a través de los órganos desconcentrados que son las 8 oficinas regionales: oficina regional norte, oficina regional nor oriente, oficina regional Lima, oficina regional oriente, oficina regional centro, oficina regional altiplano, oficina regional sur y oficina regional sur oriente; ubicadas a nivel nacional, con el objetivo de administrar los establecimientos penitenciarios de su jurisdicción. “Las que tienen a cargo los 67 establecimientos penitenciarios para personas privadas de libertad y 63 establecimientos de medio libre para personas liberadas con beneficios penitenciarios y sentenciados a penas limitativas de derechos” (Arauco, 2015).

El INPE brinda tratamiento penitenciario a su población, dentro de los regímenes de tratamiento existen: el tratamiento extramuros (el medio libre) y el tratamiento intramuros (régimen cerrado ordinario y el régimen cerrado especial), este tipo de régimen se aplican a los



penados y a los preventivos. La diferencia entre estos dos tipos de régimen es el grado de peligrosidad que representa el penado, por ejemplo, para que pertenezca a un régimen cerrado ordinario este debe de pertenecer a un régimen de mínima, mediana o máxima seguridad, por otro lado, para pertenecer a un régimen cerrado especial deberá pertenecer a un régimen de peligrosidad de A, B o C, que son para personas más peligrosas con delitos muy graves.

En la región Cusco se tiene un total de 4 establecimientos penitenciarios las cuales son: Establecimiento Penitenciario de varones Qenqoro, Establecimiento Penitenciario de Mujeres Cusco, Establecimiento Penitenciario Quillabamba y Establecimiento Penitenciario Sicuani. El Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, se ubica en la Provincia de La Convención, perteneciente a la oficina regional sur oriente, que cuenta con una población de 332 internos, donde 51 son mujeres y 281 son varones. Con respecto a la situación jurídica dentro de estos, solo 108 están procesados, mientras 224 están sentenciados.

El Perú en los últimos años viene confrontando un incremento de la acción delincuencia y la ejecución de la violencia (física, psicológica, sexual, etc.), que trajo como resultado que aumente la población penal, lo cual es preocupante, ya que genera hacinamiento en los establecimientos penitenciarios y otro problema existente son los elevados índices de corrupción. Estos dos principales problemas que afronta el INPE, causa deterioro en las condiciones de seguridad y de tratamiento, lo que no permite que el interno logre resocializarse adecuadamente

Las instituciones penitenciarias no cuentan con los medios necesarios para la infraestructura, recursos humanos, servicios y presupuestos penitenciarios para el cuidado de esta población, se obstaculiza la adecuada administración de estos establecimientos, lo que imposibilita una adecuada resocialización de los internos y su posterior reinserción social. Del mismo modo, el INPE presenta en las visitas de familiares y amigos una serie de restricciones



injustificadas, traslados arbitrarios, asistencia legal deficiente (Informe Defensorial N°154, 2011) y alternativas de trabajo penitenciario desorganizadas y limitadas (Berdugo, Gómez, & Nieto, 2001).

La vida de los internos está gobernado por diversas reglas para poder vigilar y controlar sus conductas dentro de este establecimiento (Mamani, 2005). Esto conlleva para los internos una gran amenaza, puesto que se le somete a una condición débil y dependiente, que tiene como resultado la pérdida de autonomía, lo cual es una de las mayores privaciones que se da durante este proceso de reclusión (Valverde, 1991). Con el tiempo, los internos aprenden a adaptarse a este medio, lo cual provoca que adopte una postura pasiva.

Ruiz destaca, que el internamiento agrupa distintos de los rasgos asignados a eventos traumáticos, las cuales son: el alejamiento con el ritmo y estilos de vida habituales, el abandono del trabajo, el distanciamiento de las redes sociales y actividades de ocio, y la inserción en un ambiente que padece de excesivas privaciones (Ruiz, 2007). De esta manera, el ingreso de los internos a este ambiente es vivido como un infortunio, exhibiéndolo a nuevas necesidades lo que origina que el interno tenga altos niveles de estrés, y es por esto que ellos deben descubrir nuevos métodos de afrontar estas situaciones (Valverde, 1991),

El afrontamiento es uno de los recursos más significantes con lo que una persona cuenta, de esta manera hace frente a diferentes conductas de riesgo que presentan a lo largo de la vida. (Maldonado, 2017). De esta manera Lazarus y Folkman mencionan, que “las estrategias de afrontamiento son esfuerzos conductuales y cognitivos que se encuentran en un cambio constante para que puedan manejar las demandas, tanto internas como externas, de una determinada situación” (Folkman & Lazarus, 1980). Esto le permite reconocer y solucionar el problema, y de la misma manera manejar los obstáculos que este conlleve.





En general todas las personas deben lidiar a lo largo de su vida con distintas situaciones o estresores difíciles. Sin embargo, esto se incrementa cuando hablamos de personas privadas de su libertad. El ambiente penitenciario se percibe “ como una población que está asociada en todo sentido a la privación, tanto de la libertad física como de afectos, en donde estas personas aparecen en un lugar adverso, sin ninguna persona a quien amar o querer” (Ojeda, 2013). Este contexto, no solo representa un encierro como rejas o muros, sino también se debe reconocer que están en una población donde existe normas y reglamentos, la cual se deben respetar y por ellos se encontraran vulnerables de muchas maneras, dado a la persistente vigilancia por parte de los agentes del área de seguridad. (Nari, y otros, 2000).

Es primordial considerar como los internos lidian y se habitúan a este ambiente, de la misma manera suponiendo los inconvenientes que trae consigo el encontrarse privado de libertad, varias veces sin un intervalo de tiempo específico. Los internos comienzan a entender y admitir su nueva condición de vida y las personas que acompañan a estos internos tendrán un rol fundamental, y en varias ocasiones harán que el tiempo ahí no sea tan difícil.

En el momento que se expresa, de los individuos que rodean a una persona y lo ayudan y amparan de una forma incesante, se refiere al soporte social. Este soporte social se puede entender como “una red de ayuda donde proporciona recursos materiales y psicológicos a una persona, la cual favorecen la forma en que esta persona lidia con el estrés o con distintos acontecimientos angustiosos (Cohen, 2004). Este soporte en muchos casos es visto como un amortiguador de situaciones de vida estresante o dañinas, proporcionando a la persona frente a una problemática distintas salidas (Maldonado, 2017).

En líneas generales, el soporte social presenta un beneficio directo en la vida del individuo será que, al poseer una expansiva red de personas a su alrededor, mostrará experiencias más positivas y una mejor sensación de estabilidad en la vida. (Cohen, 2004)



## **1.2. Formulación de problemas**

### **1.2.1. Problema general**

- ¿Cuál es la relación entre el nivel del soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018?

### **1.2.2. Problemas específicos**

- ¿Cuál es el nivel del soporte social en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018?
- ¿Cómo se presentan las estrategias de afrontamiento en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018?
- ¿Cuál es el nivel del soporte social, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018?
- ¿Cómo se presentan las estrategias de afrontamiento, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018?
- ¿Cuál es el nivel del soporte social, según el tiempo de reclusión, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018?
- ¿Cómo se presentan las estrategias de afrontamiento, según el tiempo de reclusión, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018?

## **1.3. Justificación**

### **1.3.1. Conveniencia**

Teniendo en cuenta que esta investigación tiene como objetivo identificar la relación entre soporte social y las estrategias de afrontamiento en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2019, se brindará herramientas al órgano técnico de tratamiento donde podrán promover diversos programas de intervención en relación a la



problemática con la finalidad de contribuir de mejor manera a reeducar, resocializar y rehabilitar a los internos.

### **1.3.2. Relevancia social**

Un adecuado conocimiento de las variables de estudio, permitirá establecer procedimientos para la consolidación de estrategias de afrontamiento y control de los niveles de estrés, aportando lo presente para llegar a una adecuada inserción social de los actuales internos, la misma que no solo se vincule a prácticas tradicionales utilizadas en las instituciones, sino además se favorezca de técnicas y procedimientos de orden psicológico, que por su naturaleza son relevantes en la población de estudio.

### **1.3.3. Implicancias practicas**

Mediante los resultados de esta investigación se logrará conocer el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento que utilizan los internos e internas frente a situaciones estresantes, lo que permitirá el desarrollo y la implementación de estrategias, así como la planificación o programación de actividades vinculadas a establecer mejores escenarios respecto al desarrollo de las variables de estudio en los internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.

### **1.3.4. Utilidad metodológica**

La presente investigación permitirá el desarrollo de otros alcances de investigación, como es el caso del explicativo, que en el ámbito operativo podría establecerse mediante el diseño de talleres o programas que permitirán la variación de las variables de estudio en los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.

## **1.4.Objetivos de investigación**

### **1.4.1. Objetivo general**



- Determinar la relación entre el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018.

#### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de soporte social en los internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018.
- Identificar las estrategias de afrontamiento en los internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018.
- Identificar el nivel de soporte social, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018
- Identificar las estrategias de afrontamiento, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018.
- Identificar el nivel de soporte social, según el tiempo de reclusión, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018.
- Identificar las estrategias de afrontamiento, según el tiempo de reclusión en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco

#### **1.5. Delimitación del estudio**

##### **1.5.1. Delimitación espacial**

La presente investigación se realizó en el Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, en la provincia La Convención, Región Cusco.

##### **1.5.2. Delimitación temporal**

La investigación comenzó en el mes de octubre del 2018, con el análisis de bibliografía para la determinación de las variables, población y objetivos de estudio, finalizando en el mes de abril del 2019, con la presentación del informe final de investigación.



### **1.6. Aspectos éticos**

Para este estudio, se solicitó autorización a la Oficina Regional Sur Oriente (ORSO), del Institución Nacional Penitenciaria (INPE), donde posteriormente nos derivaron al Establecimiento Penitenciario de Quillabamba y se hizo la gestión con el director del establecimiento para la aplicación de los instrumentos a los internos e internas.



## CAPÍTULO II

### MARCO TEORICO

#### 2.1. Antecedentes del estudio

##### 2.1.1. Antecedentes internacionales

Rambal, Madariaga & Ibáñez (2014), realizaron una investigación titulada: “Estudio sobre las estrategias de afrontamiento y el bienestar subjetivo, psicológico y social en mujeres internas en un centro de reclusión femenino del Caribe colombiano, 2012”. La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el bienestar subjetivo, psicológico y social, durante el año 2012, de mujeres internas en un centro de reclusión femenino en el Caribe colombiano. Su metodología fue descriptivo, correlacional, comparativa y transversal. Las pruebas empleadas fueron: Bienestar Subjetivo de Diener, Bienestar Psicológico de Ryff, Bienestar Social de Keyes y la Escala de Estrategias de Afrontamiento Individual de Londoño. Los resultados con respecto al bienestar psicológico se encontró que existe correlación entre la dimensión de autonomía y la estrategia de espera, en el bienestar psicológico, la dimensión crecimiento personal tiene un 88,5 % y una frecuencia de 23, en donde las internas están totalmente de acuerdo con disfrutar y tener la oportunidad de un proceso de cambio a nivel personal y un mejor futuro; sigue el propósito en la vida, con un 80,8 % y una de frecuencia de 21, en el cual se vislumbra que si tienen ilusiones y sueños por cumplir, también tendrán un bienestar; el dominio del entorno, con 46,2 % y una



frecuencia de 12, y la autonomía, con el 38,5 % y una frecuencia de 10. Llegándose a la conclusión de que la muestra indica que no existe relación entre el bienestar subjetivo de las internas sindicadas y sus estrategias de afrontamiento, lo cual configura una tendencia de un 46,2 % de insatisfacción y 19,2 % de neutro con la vida que tienen.

Larrota, Sánchez & Sánchez (2016), titulada: “Niveles de autoestima y uso de estrategias de afrontamiento en un grupo de personas privadas de la libertad en un centro de reclusión de la ciudad de Bucaramanga / Colombia. Colombia, 2016”. Tuvo como objetivo identificar aquellas estrategias utilizadas por los sujetos ante situaciones percibidas como estresantes, además de correlacionar la autoestima con las estrategias de afrontamiento. Su metodología fue un estudio de tipo descriptivo correlacional. Los instrumentos que utilizaron para la evaluación fueron Inventario de Autoestima de Coopersmith y Escala de Estrategias de Afrontamiento Modificada, EEC-M. Los resultados respecto al estudio en cuanto a las estrategias de afrontamiento, las más utilizadas por los miembros del estudio y en las cuales se encontraron puntuaciones medias con tendencia significativa a niveles altos fueron las estrategias de Solución de Problemas, Religión, Reevaluación positiva. Seguidas de estrategias de afrontamiento de Búsqueda de Apoyo Profesional, Evitación cognitiva y emocional, la cuales se situaron en niveles netamente medios. De otro lado, la estrategia que obtuvo la puntuación más baja de toda la escala fue: Expresión de la Dificultad, junto con Autonomía y Búsqueda de Apoyo Social. Llegándose a la conclusión que existen correlaciones significativas ( $p < .05$ ) de tipo negativo entre la autoestima y las estrategias de afrontamiento de Espera, Evitación Emocional, Reacción Agresiva y Negación.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Maldonado (2017), realizó una investigación titulada: “Soporte Social y Afrontamiento en mujeres reclusas en un penal de Lima”, en la Pontificia Universidad Católica del Perú. La



investigación tuvo como objetivo: Analizar la relación entre el Soporte Social y Afrontamiento en mujeres reclusas en un penal de Lima. El estudio se realizó en un grupo de 165 internas entre 23 y 58 años de edad con secundaria incompleta como mínimo, para evaluar el afrontamiento se utilizó el COPE, mientras que para el Soporte Social se utilizó el cuestionario de CTSS y para la satisfacción de Soporte Social el CSSS. En los resultados se obtuvo que hay una relación positiva entre el Soporte Social y su satisfacción con las estrategias de Afrontamiento, siendo la correlación más alta entre Búsqueda de Soporte Social emocional con el puntaje total de Soporte Social. En cuanto a las variables sociodemográficas, la edad correlacionó positivamente con el afrontamiento religioso y negativamente con el uso del humor. Mientras que, el tiempo de reclusión tuvo una relación positiva con las estrategias de planificación, reinterpretación positiva y búsqueda de soporte social emocional, y se obtuvo una relación negativa con las estrategias de negación y desentendimiento conductual. Finalmente, se encontraron diferencias significativas en las pruebas de Soporte Social con el nivel de instrucción, en donde las que tenían mayor escolaridad presentaban mayores puntajes.

Malca & Sánchez (2015), realizaron una investigación titulada: “Soporte Social y Desesperanza en reclusas del penal de Chiclayo, 2015”. En la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca, Perú. La investigación tuvo como propósito establecer la relación entre el Soporte Social y Desesperanza en reclusas del penal de Chiclayo en la ciudad de Chiclayo, 2015. El diseño del estudio corresponde al diseño descriptivo correlacional, donde la población de esta investigación fue por 145 internas, el tipo de muestreo aplicado es no probabilístico por conveniencia. Siendo un total de 51 internas entre 18 y 50 años, a quienes se le aplicó los siguientes instrumentos: La Escala de Soporte Social de Flaherty, Gaviria y Pathak y la Adaptación de la Escala de Desesperanza de Beck – BHS. Los resultados obtenidos sugieren que existe una correlación negativa moderada entre las variables





de Soporte social y Desesperanza en las reclusas del penal de Chiclayo, 2015. De igual manera, se encontró que estas mujeres privadas de su libertad presentan un nivel de Soporte social medio, así como, un nivel leve de Desesperanza. Finalmente, se encontró que existe correlación significativa entre las variables Soporte social y Desesperanza; y con cada una de las áreas de la primera variable tales como: Disponibilidad, Reciprocidad, Apoyo práctico, Apoyo emocional y Apoyo recibido relacionado a un problema actual.

Del Solar (2018), realizó una investigación titulada: “Bienestar y Afrontamiento en internas de un penal de Lima metropolitana”. En la Pontificia Universidad Católica del Perú. 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. 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. En los resultados se obtuvo que existe 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. 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.



Mercado (2014), realizó una investigación titulada: “Razones para vivir y Afrontamiento en mujeres privadas de su libertad”. En la Pontificia Universidad Católica del Perú. El objetivo del estudio fue analizar la relación entre las razones para vivir y los estilos de afrontamiento en mujeres privadas de su libertad, se pretendió analizar en función a algunas variables sociodemográficas y otras que son propias de su situación jurídica, la metodología empleada fue de tipo descriptivo correlacional. Las pruebas utilizadas fueron inventario Razones para Vivir en Jóvenes Adultos (RFL-YA) y para estrategias de afrontamiento el cuestionario COPE. Los resultados obtenidos referente a los estilos de afrontamiento, se encontró que el grupo evaluado tiende a usar más el estilo de afrontamiento activo con un 57%, y pasivo con un 43%, concluyendo así que el estilo de afrontamiento que predomina en este grupo, es el afrontamiento activo. Alrededor de un 78,3% del grupo refiere “Aceptar la realidad de lo que le ha sucedido”.

Champi & Mancha (2015), realizaron una investigación titulada: “Satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento en internos del establecimiento penitenciario de Huancavelica 2015”. Perú, 2015. La investigación tenía el objetivo de determinar relación entre satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento en internos del Establecimiento Penitenciario de Huancavelica. Su metodología fue: No experimental, correlacional deductivo inductivo, las pruebas empleadas fueron escala de satisfacción con la vida y la escala de afrontamiento. Los Resultados presentados fueron que el 57,4 % (54) de internos presentan estilos de afrontamiento favorable y el 42,6% (40) estilos de afrontamiento no favorable. Del 100% de internos, el 74,5% se encuentran poco satisfechos con la vida, el 18,1% se encuentra satisfecho y tan solo el 7,4% no están satisfechos con la vida. Al relacionar ambas variables resulta que el 38,3% de internos presentan estilo de afrontamiento favorable y poco satisfecho con la vida, resultando una mínima variación del 36,2% con estilo de afrontamiento no favorable y



satisfecho con la vida en un 6,4%. Llegándose a la conclusión que existe relación entre satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento en internos del Establecimiento Penitenciario de Huancavelica resultó que menos de la mitad de internos presentan estilos de afrontamiento favorables y poco satisfechos con la vida, estos datos confirman estadísticamente que existe relación positiva baja entre ambas variables involucradas en el estudio.

Durand (2016), realizó un estudio titulado: “Estrategias de Afrontamiento en mujeres privadas de su libertad en el establecimiento penitenciario Potracancha – Huánuco”. Estableció como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento en mujeres privadas de su libertad, la metodología fue observacional prospectivo transversal descriptivo, la prueba empleada fue inventario de estrategias de afrontamiento. En los resultados de las estrategias de afrontamiento de confrontación, se encontró que la mayoría del 75.6% (68 mujeres) manifestaron confrontación media, el 13,3% (12 mujeres) mostraron confrontación baja y en cambio el 11,1% (10 mujeres) presentaron confrontación alta. Las estrategias de afrontamiento de distanciamiento, se encontró que la mayoría del 61,1 % (55 mujeres) declararon distanciamiento medio, el 10% (9 mujeres) mostraron distanciamiento baja y en cambio el 28,9% (26 mujeres) revelaron distanciamiento alto. Llegándose a la conclusión de que el 68,9% (62 mujeres) manifestaron estrategias de afrontamiento media y el 27,8% (25 mujeres) de estrategias de afrontamiento alta.

Carranza (2017), realizó una investigación titulada “Satisfacción familiar y las estrategias de afrontamiento en adolescentes que se encuentran en conflicto con la ley penal del programa justicia juvenil restaurativa, Chiclayo”, tuvo como objetivo determinar la relación entre satisfacción familiar y las estrategias de afrontamiento en adolescentes, el método que empleo



por su finalidad fue aplicada, por su alcance temporal fue de tipo trasversal ya que su aplicación será sola vez, el diseño fue no experimental descriptivo correlacional, el total de la población fue 140 adolescentes del Programa Justicia Juvenil Restaurativa Chiclayo, quienes son participantes por encontrarse en conflicto con la ley penal y la muestra está constituida por 70 adolescentes. Las pruebas utilizadas fueron Escala de Satisfacción Familiar por Adjetivos y Escala de Afrontamiento para Adolescentes. Los resultados obtenidos demuestran que existe relación entre satisfacción familiar con las estrategias de afrontamiento (concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos, hacerse ilusiones, reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema, autoinculparse, buscar apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, distracción física) en Adolescentes que se encuentran en conflicto con la ley penal del Programa Justicia Juvenil Restaurativa, Chiclayo. No habiendo relación significativa con (buscar apoyo social, buscar pertenencia, falta de afrontamiento, reservarlo para sí, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes). Como conclusión esto tiene como significado, la adecuada interacción entre la familia permite al adolescente desarrollar acciones cognitivas y conductuales idóneas frente a los conflictos, sin necesidad de buscar ayuda o alternativas en personas externas de su entorno, permitiéndolo salir airoso de la situación.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Soporte social**

Actualmente es discutido y estudiado el soporte social por diversos autores, donde destaca un valor positivo en las relaciones interpersonales acerca de su adaptación al estrés, ya sea en la relación a la salud, relación al bienestar psicológico y relación al bienestar físico, puesto que no solo se protegen contra los efectos nocivos del estrés, sino también disminuyen las respuestas negativas emocionales que este produce.



El ser humano confronta situaciones productoras de estrés con distintos comportamientos, cogniciones que alteran ciertas circunstancias y percepciones de la realidad. Entre estos factores que trabajan como mediadores sociales, sobresalen los mecanismos de afrontamiento y los soportes sociales. (Lemos & Fernandez, 1990).

Bowlby en 1953 elaboro una teoría del apego o vinculo, teniendo como resultado encontrar patrones de interacción familiar, ya sea en el desarrollo sano como en el patológico. Menciona que el soporte social es una representación de vinculo que se da inicio desde los primeros años de vida de la persona, de tal modo que en la etapa de la infancia tenga un yo confiable, aprenda a funcionar para otras personas como un soporte y así tener pocas posibilidades psicopatológicas en su vida posterior. Afirma también Bowlby que al disponer de un buen soporte social se logre enfrentar problemas y superar frustraciones. (Bowlby, 2006)

El soporte social de acuerdo con Sarason en 1983, citado por (Paz, 2011), se refiere a la existencia de personas y que estas tengas disponibilidad, de manera que se proporcione un vínculo de confianza y ayuden en cualquier momento de su vida. Estos individuos hacen conocer a la persona que se preocupan, que lo valoran y que sienten amor y cariño por él.

Alvarado en 1985, citado por (Paz, 2011), menciona que el soporte social se comporta de una forma amortiguadora ante varios eventos estresantes de la vida cotidiana y la enfermedad. También afirma que el soporte social es una importante ayuda proveniente de personas e instituciones con las que un individuo se vincula, por determinadas crisis por efectos psicosociales estresores.

Gottlieb manifiesta en 1983 que el soporte social se relaciona con el intercambio de confianza emocional, sentimientos positivos y ayuda de distintos tipos de personas semejantes.



Habitualmente este término no se relaciona entre los profesionales y sus pacientes puesto que no existe ayuda mutua. (Gottlieb, 1987).

Según Cobb en 1976, citado por (Paz, 2011), menciona que está relacionado el soporte social con informaciones que producen que el individuo se sienta apreciado, amado, valorizado y correspondiente a una red social de comunicación.

#### **2.2.1.A. Fuentes del soporte social**

Lindenthal en (1971), citado por (Alonso, Menéndez, & Gónzales, 2013) plantea dos categorías de fuentes de soporte social y las clasifica en: primarias y secundarias.

- a) Primarias, se hace mención al apoyo otorgado por ciertas personas con las cuales tienen una asociación muy íntima, en el cual el soporte social es brindado por parte de la amistad y la relación que tiene con ellas, como por ejemplo en circunstancias de estrés de esta fuente de soporte social lo más peculiar es ver a familiares y amigos.
- b) Secundarias, se refiere a ciertas personas con quienes los individuos presentan una relación menos íntima, como por ejemplo los psicoterapeutas, consejeros y médicos, que son personas que reciben un pago por servicio para brindar soporte social.

#### **2.2.1.B. Tipos de soporte social**

House en (1981), citado por (Alonso, Menéndez, & Gónzales, 2013) determina que el soporte social se diferencia en cuatro tipos:

- 1) Soporte Emocional. Este tipo de soporte proporciona, afecto, confianza, estima, atención y empatía, donde se considera unos de los soportes más importantes.
- 2) Soporte Valorativo. Es una compañía social donde se puede confiar o contar con alguien, interviene a que la sensación de una persona sea cuidada o amada, debido a que la tensión se disminuya cuando satisface a la afiliación de necesidad, facilitando a



los miembros, dando actitudes positivas de ánimo y distrayendo de sus preocupaciones.

- 3) Soporte Informativo. Se refiere a la información que se ofrece a otras personas para que estas puedan usarla para hacer frente a las situaciones problemáticas, en este tipo de soporte se proporciona información y asesoramiento.
- 4) Soporte Instrumental. Este tipo de soporte da referencia a lo material como brindar ayuda en especies, tiempo o modificación de un ambiente, trabajo y dinero.

#### **2.2.1.C. Componentes del soporte social**

Según diversos autores lo distribuyen al soporte social en tres amplias categorías, que son: soporte social percibido, soporte social efectivo y red de soporte social (Aranda & Pando, 2013)

##### **1) Soporte social percibido**

Este soporte da un valor cognitivo donde hace que un individuo proporcione una ayuda determinada en situaciones de necesidad. Estos sujetos no otorgan un efectivo soporte social, sin embargo, establecen para una persona sujetos con disponibilidad o algunos recursos en circunstancias difíciles, lo que brinda dentro y fuera la seguridad en circunstancias estresantes.

##### **2) Soporte social efectivo**

Este soporte social se refiere a la ayuda efectiva, donde recibe esta acción de otras personas en situaciones de necesidad.

##### **3) Red de soporte social**

Héller y Swindle en 1983, citado por (Aranda & Pando, 2013), definieron este término como una ayuda cotidiana de un sistema ecológico, en lo que depende de la disposición de su estabilidad entre las demandas de su entorno y las necesidades de las personas. En esta circunstancia la persona busca soporte realizando una acción para poder acceder a una red



evaluada que es “soportativa”. Las personas realizan un rol activo en las redes de su soporte, al hacer un sujeto una evaluación de sus recursos y estas no les ayudan a poder solucionar algunas dificultades, entonces ellos buscaran fuera de su red habitual el soporte. Dentro de esta red de soporte social se divide en formales e informales.

a) Formales

Dentro de estas redes se encuentran los profesionales que dan su servicio al estado, las cuales son respaldados directa o indirectamente por ellos. Entre estas redes se encuentra: los centros de salud, las escuelas, el seguro social, etc. Y la primordial característica de esta red es que se rigen bajo un método de categorías para las evaluaciones de ayuda, donde existe un convenio independientemente establecido con las características de las personas. En el Perú, las redes formales es un problema, ya que los accesos a los servicios de los profesionales son muy inaccesibles y no resultan beneficiosos a un porcentaje alto de la población, donde muchas veces son indiferentes e insensibles con personas de diferentes culturas que acuden a estos servicios o que muestran algunas necesidades particulares y específicamente son indiferentes con poblaciones vulnerables.

b) Informales

Estas redes están conformadas por los familiares, amigos y vecinos, que brinda contacto y asistencia hacia una persona. En este tipo de red se encuentran grupos espontáneos y no organizados que incluyen actividades de ayuda mutua (Gottlieb, 1987).

Las relaciones sociales presentan distintos tipos de asistencia o ayuda, de este modo, el soporte que está conformado por el grupo de familiares se basa en las obligaciones formales para servicios y bienes y también se basa en la intimidad. En el grupo de amistades se da la reciprocidad, donde estas comparten dificultades o problemas que son de experiencias o intereses similares. El soporte que es brindado por los vecinos otorgan ayuda en las tareas





instrumentales que son ayudas materiales y que muchas veces se da en circunstancias de emergencia. Este grupo no cumple funciones de carácter íntimo. Finalmente, los compañeros de trabajo proporcionan ayuda indirecta, donde dan una retroalimentación e instrucciones sobre un desempeño laboral adecuado (Gottlieb, 1987).

#### **2.2.1.D. Efectos de soporte social**

Como ya se ha mencionado anteriormente el efecto positivo en el estrés del soporte social, se especificó la potencialidad en sus efectos. Pinneau en 1976 citado en (Frese, 1982), manifiesta que el soporte social tiene como proceso, tres potenciales efectos:

- 1) Efecto preventivo, donde se da de forma directa en la fuente del estrés.
- 2) Efecto terapéutico, donde se da de forma directa en el bienestar o en el grado de tensión.
- 3) Efecto amortiguador, donde el resultado en la relación tensión - estrés es de forma moderada.

De manera general, aquellas personas con un soporte social de nivel alto, presentan pocas posibilidades de poder estresarse en diferentes situaciones, como en los estudios, en el trabajo, etc.

#### **2.2.1.E. Factores interactuantes del soporte social**

Según Heller y Swindler en 1983, citado por (Barrera, 1986), menciona que es un proceso el soporte social, donde incluye cuatro factores interactuantes en el soporte, las cuales son: estructuras sociales, relaciones sociales, roles sociales y atributos personales.

- 1) Estructuras sociales. Son las que proporcionan actividades sociales para el desarrollo en el contexto, como, por ejemplo: la familia, el trabajo, el colegio, la vecindad y las asociaciones voluntarias.



- 2) Relaciones sociales. La reciprocidad es un concepto de las relaciones sociales de mucha importancia, donde es comprendida como una acción de dar y recibir soporte, en otras palabras, se entiende como una serie de intercambio sociales que todo el tiempo sucede, en donde algunas personas el soporte lo construyen como banco o reserva. Un individuo no siempre necesitará devolver el soporte social al mismo tiempo, no obstante, en algún periodo de tiempo se espera que hacia algunos miembros de la comunidad el soporte sea devuelto. Como, por ejemplo, el cuidar a los padres en la etapa de adultez mayor, aparte de ser una obligación, es una manera de restaurar la equidad, sin embargo, en nuestra realidad, muchas personas lo hacen por amor, ya que ellos anteriormente nos dieron a nosotros este tipo de relación.
- 3) Roles sociales. Las estructuras sociales lo conceptualizan como roles que son encargados por algunos miembros, dicho de otra manera, el modo de cómo se asocian con los demás miembros de un grupo. Como, por ejemplo, una persona de sexo masculino no puede llorar, pero si se puede molestar y que las personas adultas mayores deben y merecen ser respetadas. Simultáneamente se definen los roles como parámetros que dentro de ellos se dan las relaciones sociales.
- 4) Atributos personales. Los atributos personales dependen de la percepción del soporte y del sostenimiento de relaciones soportativas. Estos atributos precisan la variedad de demandas y necesidades de soporte, del mismo modo la variedad de acciones del soporte que pueden brindar. Como, por ejemplo, puede ser considerado una amenaza a la autoestima cuando una persona reciba ayuda de otras y al recibir ayuda de otros individuos similares puede causar también sentimientos de dependencia e inferioridad.

#### **2.2.1.F. Dimensiones que caracterizan el soporte social**



Los aspectos cualitativos y cuantitativos comprenden las características estructurales de las relaciones socios afectivos de una persona (Alonso, Menéndez, & Gónzales, 2013), las cuales son:

- 1) Tamaño de la red: que la red social compone un número de personas.
- 2) Densidad: el grado que tienen como relación entre los diferentes individuos.
- 3) Extensión: esparcimiento de los individuos físicamente (ubicación de la persona dentro de la red)
- 4) Dimensionalidad: los individuos realizan actividades de intercambio como recurso de ayuda.
- 5) Intensidad: el contacto de frecuencia y la percepción de la cercanía que tienen como relación los diferentes individuos.
- 6) Homogeneidad: la similitud de los individuos de la red en las características socio-demográficas como el sexo, edad, ocupación, religión y entre otras.

#### **2.2.1.G. Funciones del soporte social**

Estas funciones son beneficios que se llega a conseguir cuando los miembros interactúan.

Según Barrera en 1986, menciona que el soporte social presenta seis funciones:

- 1) Interacción íntima, son asuntos que comparten necesidades sobre temas de carácter rigurosamente personales, donde demandan disposición y tiempo favorable hacia un individuo, incluso cuando en su totalidad no existe aceptación, ya sea en las acciones de la manera de ser o actuar.
- 2) Ayuda material, es un tipo de ayuda a necesidades materiales, donde se proporciona como soporte a un individuo los recursos como, bienes o dinero, muebles, medicinas y entre otras.



- 3) Consejo e información, se determina a la necesidad de poder contar con alguien y que le brinde una orientación u opiniones sobre temas importante para su vida personal, tal como manifestaciones de cómo afrontar eventos difíciles adecuadamente. Requiere disposiciones favorables, tiempo y conocimientos personales.
- 4) Información positiva, se argumenta que a los estilos de vida personales o a las maneras individuales de hacer las cosas, se las valora y reconoce estas necesidades, donde demanda aceptación el sujeto y compromete su valoración de sus estilos o métodos personales.
- 5) Asistencia, es una representación donde a las necesidades de compañía se orienta para satisfacerlas y poder efectuar resolver algunas determinadas tareas o eventos problemáticos, donde demanda tiempo y una disposición efectiva.
- 6) Participación social, percibe a necesidades de entretenimiento, de la misma manera que las otras funciones, demanda voluntad de esparcimiento.
- 7) Interacción negativa, Este tipo de función es cuando aquellos individuos que producen discordia o peleas, son frecuentemente una fuente de soporte social mayor.

### **2.2.2. Estrategias de afrontamiento**

#### **2.2.2.A. Estrés y afrontamiento**

Lazarus y Folkman en 1986, citado por (Vera, 2004), definen el concepto de estrés como “las interrelaciones producidas entre la persona y su contexto, en el que está inmerso y que es evaluado como amenazante o desbordante de sus recursos donde pone en peligro su bienestar personal”. Como mencionan los autores, el individuo percibe algo fuera de lo normal y cree que afecta su bienestar físico y mental, lo cual es inmanejable, o lo perciben así, debido a que sobrepasa los recursos con los que cuentan, con todo esto se produce el estrés.



Por otro lado, Selye en el año 1936, citado por (Ramirez & Ramos, 2018), considera que: “El término estrés, en un sentido técnico muy especial, definiendo con él un conjunto coordinado de reacciones fisiológicas ante cualquier forma de estímulo nocivo, incluyendo las amenazas psicológicas, una reacción que llamó Síndrome General de Adaptación. Así, el estrés no era una demanda ambiental (estímulo estresor), sino un grupo universal de reacciones orgánicas y de procesos originados como respuesta a tal demanda”.

Los autores definen el término estrés como una respuesta del organismo ante las demandas ambientales o estímulos externos, dichos estímulos son los que originan reacciones fisiológicas en la persona.

Además, Rojas en el 2007, citado por (Ninapaitan, 2017), menciona que “cuando el estrés se encuentra en un nivel moderado activa el organismo tanto físico como mentalmente”, esto quiere decir, si el sujeto no logra adaptarse adecuadamente a las nuevas demandas sociales, esto podría desencadenar diferentes respuestas físicas, psicológicas y conductuales negativas.

De la misma manera expone Trianes en el 2002, citado por (Ninapaitan, 2017): “Cuando se habla de estrés, se refiere a circunstancias o acontecimientos (estrés como estímulo) que va a provocar en el sujeto experimentar un malestar (por ejemplo, exceso de trabajo, condiciones laborales difíciles, exigentes y cargadas de responsabilidad, situaciones conflictivas que generan preocupación y malestar), también expresiones como “me siento muy estresado”, el cual hace referencia a la reacción que se experimenta frente a situaciones o acontecimientos que se traducen como alteraciones del comportamiento, sentimientos o sensaciones desagradables, que en ocasiones adquiere la forma de verdaderos problemas médicos o psicológicos (estrés como respuesta)”.

El autor plantea el estrés como un estímulo y respuesta, donde explica que el estrés como estímulo, son los sucesos ambientales que ocasionan en la persona un desosiego, y la respuesta



en si serán las condiciones biológicas que experimenta la persona, como malestar físico, psicológico, la respuesta al estrés, ambos, el organismo y el entorno, mantienen una relación dinámica constante.

### **2.2.2.B. Afrontamiento**

Arjona (2001), citado por (Jorques, 2015), define al afrontamiento como el “comportamiento” amplio de las personas ante la diversidad de situaciones y experiencias a las que han de enfrentarse cotidianamente, independientemente de la importancia o significación que pudieran tener objetiva o subjetivamente.

Casullo y Fernández (2001), citado por (Jorques, 2015), entienden a la capacidad de afrontamiento como un conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos y acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan.

Frydenberg y Lewis (1997), define al afrontamiento como “un conjunto de acciones cognitivas y afectivas que surgen en respuesta a una preocupación en particular”

Canessa (2002) basándose en los estudios de Frydenberg y Lewis (1997), detalla al afrontamiento como una competencia psicosocial, que incluye una serie de estrategias conductuales y cognitivas utilizadas para enfrentar las demandas de la vida.

Desde otro punto de vista, Everly en 1989, define el afrontamiento “como un esfuerzo para reducir o mitigar los efectos aversivos del estrés, esfuerzos que pueden ser psicológicos o conductuales”. La autora se refiere al afrontamiento como los métodos, las estrategias que, gradualmente y según la situación, obtenemos los individuos para reducir o aplacar las posibles consecuencias del estrés.

Lazarus y Folkmam (1985), definen “al afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales empleados para manejar las demandas internas o externas del individuo”. El afrontamiento, entonces, es un proceso dinámico que va cambiando según se vaya



modificando el significado del acontecimiento; considerando al afrontamiento como un proceso cognitivo-conductual, asumiendo los siguientes principios:

- El afrontamiento depende del contexto y, por lo tanto, puede cambiar durante una situación determinada. Los pensamientos y acciones del afrontamiento se definen por el esfuerzo y no por el éxito.
- La teoría del afrontamiento como un proceso enfatiza que existen al menos dos funciones principales, una orientada al problema y otra orientada a la emoción, cuya utilización, depende del grado de control que se tenga sobre la situación.
- Algunas estrategias de afrontamiento son más estables o consistentes en situaciones estresantes que otras.
- El afrontamiento es capaz de medir el resultado emocional, modificando el estado emocional del inicio al fin en un encuentro estresante.

#### ***Afrontamiento del estrés: Modelo Transaccional de Lazarus y Folkman***

El modelo de Lazarus y Folkman denominado modelo transaccional que tuvo una gran aceptación entre varios científicos, aportando una conceptualización importante del afrontamiento, también originó, una enorme cantidad de estudios y trabajos que analizan los modos o la forma en que las personas enfrentan las dificultades, adversidades y las situaciones estresantes en su día a día. (Lazarus y Folkman, 1985, citado por Alcoser, 2012).

Lazarus y Folkman (1985) definen el estrés como las interrelaciones que la persona tiene con su contexto, siendo este producido cuando el individuo realiza una valoración sobre la situación estresante y supera los recursos con lo que cuenta, dicha valoración se da por medio de la evaluación cognitiva. Por ende estos dos autores proponen el modelo cognitivo-transaccional del estrés el cual explica que las experiencias estresantes deben considerarse transacciones entre la persona y el entorno, es decir la interacción del individuo con el



ambiente ya que la percepción individual y los recursos sociales son los que determinan el nivel de estrés. Sin embargo, para todo ello el modelo explica que el organismo presenta un proceso de evolución que se direcciona de forma paralela, es decir el estrés sería un proceso doble, una hacia el ambiente y otra hacia los propios recursos, por tanto, el estrés es un concepto dinámico que tendría lugar cuando la persona reconoce que sus recursos son escasos como para afrontarlas demandas del contexto. La importancia de este modelo estaría en la evaluación cognitiva del estímulo, siendo Lazarus y Folkman quienes proponen un conjunto de elementos que intervienen en el proceso de estrés, los cuales son: los estímulos referidos a todos los acontecimientos externos (eventos cotidianos), las respuestas (reacciones emocionales, cognitivas y conductuales), las cuales pueden ser adecuadas o no, los mediadores, (evaluación de la situación como amenazante y afrontamiento como insuficiente) finalmente, los moduladores (componentes que logran incrementar o disminuir el proceso de estrés) (Lazarus y Folkman, 1985, citado por Alcoser, 2012).

Este modelo explica que las personas pueden compartir situaciones similares, estas situaciones pueden traducirse como factores estresantes gracias a la evaluación cognitiva de cada individuo, basándose también en los procesos de evaluación psicológica y el proceso de afrontamiento (Alcoser, 2012).

Según Lazarus, cuando el individuo enfrenta un suceso estresante, realiza dos evaluaciones, una de ellas dirigidas a determinar si el evento es amenazante o no y la segunda determina como se podría afrontar, siendo esta segunda evaluación la que determina generar el cambio frente al evento estresante y manejar los componentes como sentimientos, bienestar físico y pensamiento, apareciendo el estrés cuando la persona comprende que no presenta los recursos necesarios para solucionar el problema o que el ambiente no es susceptible a cambio, así mismo el poco manejo de los componentes antes mencionados (Lazarus & Folkman, 1985).





La perspectiva de este modelo, sería la interpretación que realiza el individuo a los acontecimientos, siendo la valoración cognitiva el proceso que media entre el evento y la reacción estresante, apareciendo la respuesta de estrés solo si el individuo lo valora como negativo y siente tener pocos o ningún recurso para hacerle frente, entendido a la valoración cognitiva como “el proceso que determina las consecuencias que un acontecimiento dado provocara en el individuo” (Lazarus & Folkman, 1985). Por tanto, este se trata de una evaluación por parte de la persona en relación con su capacidad para afrontarla.

Para Lazarus la evolución cognitiva implica una valoración constante de los que significa el estímulo para la persona, se hace referencia a dos tipos de evaluación: primaria y secundaria:

- La evaluación primaria, El objetivo principal es evaluar las consecuencias de situaciones o estímulos que se le presenten a un individuo, y se distinguen en tres clases:
  - Irrelevante: estas son las que para la persona no existen implicaciones ambientales y no muestra interés por sus consecuencias;
  - Benigna – positiva: Son aquellas consecuencias evaluadas como positivas con el fin de preservar el bienestar del individuo, por tanto, las respuestas emocionales suelen ser placenteras.
  - Estresantes: Éstas, por el contrario, son consecuencias negativas y que perjudican el bienestar del individuo y están relacionadas a situación de daño, amenaza y desafío
- La valoración secundaria, Sucede cuando el individuo se encuentra en una confrontación estresante, dónde deberá reconocer los recursos y estrategias adecuadas para hacer frente a dicha situación.



- **Reevaluación:** Se refiere a que el individuo realiza una nueva evaluación de una situación introducido en la evaluación inicial en base a una nueva información, y éste es capaz de modificarla por completo. Lazarus y Folkman (1985) introduce el término de reevaluación defensiva que consiste “en cualquier esfuerzo que tiene el individuo para reinterpretar una situación estresante”.

Desde este modelo el estrés depende tanto del entorno como del individuo, sin embargo lo que determina que un evento se perciba como estresante será la interpretación cognitiva que los individuos realizan por tener la capacidad de comprender y analizar la experiencia de su entorno, por tanto si el sujeto no presenta los recursos o herramientas apropiadas para hacer frente a la situación fracasara en su adaptación del entorno ya que al utilizar estrategias de afrontamiento pueden buscar la adaptación de la misma y el sujeto debe percibir que posee de los recursos necesarios para afrontar exigencia del entorno, este modelo define el estrés como un proceso cognitivo en el ambiente, ya que el individuo es quien evalúa el ambiente como estresante o no, de esta manera el modelo transaccional propone una relación bidireccional, dinámica y recíproca entre el sujeto y su ambiente, explica que el estrés un proceso en el cual permite que el individuo y el medio ambiente interaccionan entre sí, proceso en el cual interfieren las estrategias de afrontamiento que la persona pone en marcha según la interpretación cognitiva que hace del contexto (Lazarus & Folkman, citado por Alcoser, 2012). Siendo entonces la interacción entre ambas valoraciones las que determinara el grado de estrés, la respuesta emocional y el tipo de estrategias de afrontamiento utilizadas por las personas, siendo desde este modelo conceptualizado el estrés como un proceso de valoración, diferenciando este enfoque de los anteriores el punto psicológico ya que incluye la evaluación cognitiva.



Estas estrategias de afrontamiento, suponen un proceso dinámico por el cual la persona intenta manejar la discrepancia entre las demandas de la situación y los recursos de los que dispone; valorando y poniendo en marcha una serie de acciones que no necesariamente están destinadas a resolver el problema, sino a reevaluar la situación, aceptarla, o escapar de ella. Se trata por tanto de un proceso intencional flexible, y no de una reacción defensiva ante el estresor (Jorques, 2015), independientemente de los resultados que obtenga.

Es un hecho constatable que no todos los individuos reaccionan igual ante un mismo estresor, lo cual lleva a pensar en la existencia de procesos mediadores o moduladores del impacto de la situación y la forma de responder ante ella. La valoración de la situación amenazante que la persona haga, influirá en el tipo de afrontamiento que pondrá en marcha posteriormente. Esta evaluación primaria puede ser de dos tipos: irrelevante, positiva o estresante, en el caso de percibir pérdida, amenaza o desafío; seguidamente se produce un segundo proceso cognitivo para valorar la disponibilidad de los recursos y habilidades necesarias para hacer frente a las demandas de la situación (Lazarus & Folkman, 1985, citado por Jorques, 2015). Si la persona cuenta con los recursos necesarios para resolver la situación, reducirá la sensación aversiva, aumentando así sus expectativas para solucionarla e incluso adquiriendo carácter de desafío, e influyendo por tanto en la valoración primaria.

Este proceso de valoración tiene por finalidad el cambio de la situación o la variación en la forma de percibirla junto con otros factores externos que pueden estar influyendo, para conseguir un mayor ajuste a la situación de forma adaptativa y realista. De este modo el sujeto emprenderá determinadas acciones o estrategias asociadas a la posibilidad de modificar la situación, enfocadas bien a la emoción o bien al problema, pudiendo alternarse a lo largo del proceso de interacción entre la persona y la situación estresante:



- Afrontamiento centrado en el problema: La finalidad es poner en marcha acciones que permitan la resolución del problema o encontrar recursos para ello; normalmente cuando la persona siente que tiene cierto control sobre la situación, sobre la cual puede ejercer un cambio. (Jorques, 2015)
- Afrontamiento centrado en la emoción: Está dirigido a controlar la repercusión emocional provocada por la situación estresante; para ello la persona desarrolla diferentes acciones: comportamentales, distractoras, sociales, o cognitivas como la reestructuración de la situación estresante o la negación de la misma. Con el fin de modificar la interpretación de las emociones, seleccionando aspectos a los que prestar más atención o bien alterando su significado. Este tipo de afrontamiento aparece cuando la persona se siente sin control sobre la situación amenazante. (Jorques, 2015)

### ***Teoría del afrontamiento por Erica Fridemberg***

Frydenberg (1997) definen al afrontamiento como “las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una adaptación efectivas”. De la misma manera los autores hacen referencia al afrontamiento como estrategias, como se mencionó antes, las cuales aportan a una adaptación más placentera de la situación estresante.

Frydemberg (1997), desarrolla en gran inmensidad la teoría propuesta por Lazarus y produce como resultado un modelo nuevo de afrontamiento, en el cual destaca la reevaluación del resultado. Dicha autora postula que el individuo estima el impacto del estrés luego de una valoración de la situación, esto dice que, si por una razón las consecuencias llevarán al daño, la pérdida, a la amenaza o al desafío y qué recursos tiene a su disposición para manejarlo. Posterior de la respuesta aplicada a la situación, el resultado se revalúa, y en base a ello puede repetirse la respuesta o darse otra respuesta. De esta manera, se produce un mecanismo de retroalimentación, por el cual se logra determinar si las estrategias ya empleadas serán



utilizadas de nuevo generándose una recopilación de afrontamientos que serán descartadas o mantenidas como futuras estrategias, eso sucederá según el juicio del propio sujeto que evaluará el empleo de las estrategias como eficaz o no. (Frydemberg, 1997)

### **2.2.2.C. Estrategias de afrontamiento**

Freud (1923), fue quien comenzó con el trabajo teórico sobre las estrategias de afrontamiento y los mecanismos de defensa, pero quien lo desarrollo posteriormente fue su hija Ana en 1936. Desde esta perspectiva, el afrontamiento se subordinaba a la defensa y los estresores eran principalmente de origen intrapsíquico. (Alcoser, 2012)

Realizando un análisis sobre el tema estrategias de afrontamiento, se pudo observar que Lazarus en 1991, fue quien logro aportar constructos teóricos significativos, marcando así un recorrido teórico relevante en la Psicología. (Lazarus & Folkman, 1985)

Por ello, Lazarus y Folkman el año (1985), conceptualizan que las estrategias “son procesos concretos que se utilizan en cada contexto y que pueden ser altamente cambiantes, dependiendo de las condiciones que se den en cada momento o en una determinada situación estresante”, por lo cual plantean dos estrategias, las centradas en un problema que son: el escape, distanciamiento, autocontrol, aceptación de la responsabilidad y la aceptación social, y las que están centradas en las emociones que son: la reevaluación positiva, evitación y planificación de la solución”, (Lazarus y Folkman, 1986, citado por Ninapaitan, 2017). Los autores infieren que el afrontamiento conforma procesos que cambian con el fin de adaptarse a la situación estresante, por lo que el sujeto interactúa con el contexto constantemente y también, cada individuo varia los indicadores de estrategias de afrontamiento en función a problema que se le presente por resolver, de la misma manera esto ejemplifica, la distribución de las estrategia centradas en el problema como centradas en las emociones, las que son



utilizadas por los individuos frente a las situaciones estresantes a las que se enfrentan en su vida cotidiana.

Casullo y Fernández (2001), lo definieron conceptualmente como “el conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos y acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que esta situación le genera”, (Casullo y Fernández, 2001, citado por Casamayor, 2018), esto quiere decir, que los individuos realizan acciones aprendidas ante las situaciones complicadas, lo que les permite aminorar las tensiones que estos sufren.

Carver y Cols en 1989, citado por (Brocos, 2016) clasifica las estrategias de afrontamiento en: “reinterpretación positiva, planificación, religión, expresión emocional supresión de actividades, aceptación, postergación, soporte social y emocional, adicción, negación y uso”.

En términos generales Tello el año 2010, citado por (Jorques, 2015), define las estrategias de afrontamiento como toda acción o respuesta determinada utilizadas para afrontar a alguna situación estresante en específico; de la misma manera como las personas se comportan o manejan el momento cuando perciben las situaciones estresantes.

Por otro lado, Holroyd y Lazarus (1982) y Vogel (1985) (citado por Martín, Jiménez y Fernández-Abascal, 1997) mencionan que “las estrategias de afrontamiento pueden determinar si un individuo experimenta o no estrés, antes que la naturaleza de los estresores”. “Algunos factores como la constitución genética, la inteligencia, la relación con los padres, las experiencias previas y optimismo, son un excelente predictor de la posibilidad de que una persona pueda adquirir la maestría efectiva para afrontar el estrés”

Cada persona tiende a utilizar diferentes estilos o estrategias de afrontamiento que domina, sea por aprendizaje o porque suceda algún acontecimiento fortuito.

#### **2.2.2.D. Clasificación del afrontamiento**



Frydemberg y Lewis el año 1991, mencionas que las estrategias están asociadas de tal manera que se conforman de 3 estilos de afrontamiento, estas representan los aspectos funcionales y disfuncionales, las cuales son:

**a. *Estilo dirigido a solucionar el problema:*** Consiste en que, durante el trabajo para resolver la situación problemática, uno debe mantenerse optimista y relajado. Engloba las siguientes estrategias: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, diversiones relajantes y distracción física. (Frydemberg y Lewis, 1991, citado por Champi y Mancha, 2015). Dentro de este estilo se encuentran las siguientes estrategias:

- *Afrontamiento activo:* Abarca las conductas orientadas a minimizar los efectos negativos del estresor. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Planificación:* Consiste en planear y evaluar cuáles son las alternativas más adecuadas para manejar el problema. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Supresión de las actividades:* Implica dejar de realizar cualquier actividad con el fin de enfocar toda la atención en el problema. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Postergación del afrontamiento:* Consiste en suponer esperar el mejor momento para actuar y así evitar acciones prematuras. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Búsqueda de apoyo social:* Implica buscar consejo y orientación de otros para solucionar el problema. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).

**b. *Estilo de afrontamiento en relación con los demás:*** Consiste en acercarse a otros para obtener apoyo. (Frydemberg y Lewis, 1991, citado por Champi y Mancha, 2015). Abarca las siguientes estrategias:

- *Búsqueda de apoyo emocional:* Implica buscar compañía o empatía con el fin de reducir la tensión. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).



- *Reinterpretación positiva*: Es el crecimiento donde se atribuyen cualidades a la experiencia estresante a fin de poder considerarla como aprendizaje. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Aceptación*: Implica reconocer la situación estresante, así como el hecho de que se tendrá que convivir por un tiempo con esta realidad. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Negación*: Donde la persona piensa que el estresor es irreal o que no existe. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Acudir a la religión*: Es la tendencia a volcarse en la religión en situaciones de estrés con el fin de reducir el malestar emocional.
- c. *Otras estrategias*: Se trata de una combinación de estrategias improductivas de evitación que muestra una incapacidad empírica para afrontar los problemas. Abarca las siguientes estrategias: preocuparse, hacerse ilusiones, no afrontamiento, reducción de tensión, ignorar el problema, autoinculparse y reservarlo para sí. (Frydemberg y Lewis, 1991, citado por Champi y Mancha, 2015).
- *Enfocar y liberar emociones*: Implica poner toda la atención en las consecuencias emocionales desagradables y luego expresar abiertamente dichas emociones. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Desentendimiento conductual*: Tiene que ver con dejar de intentar solucionar el problema. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).
- *Desentendimiento cognitivo*: Supone distraerse con otras actividades para no prestar atención al problema real. (Carver, 1989, citado por, Brocos, 2016).

#### 2.2.2.E. Procesos del afrontamiento





Aunque determinados modelos pueden ser más frecuentes que otros por las formas de respuesta culturalmente compartidas, Lázarus duda de la existencia de un modelo dominante de etapas de afrontamiento. Este concepto está orientado a ver al afrontamiento como un proceso, el cual se identifica por hacer referencia a las observaciones y valoraciones relacionadas con lo que el individuo realmente piensa o hace, luego es analizado dentro de un contexto específico, logrando un cambio en los pensamientos y actos a medida que la interacción va desarrollándose.

Baker y Chapman (1962), citado por (Lazarus y Folkman, 1985) definen tres etapas del afrontamiento:

- Durante la anticipación, el acontecimiento no ha ocurrido todavía y las personas evalúan las posibilidades de poder manejar la amenaza, hasta qué punto pueden hacerlo y de qué forma.
- Durante el período de impacto el individuo empieza a comprobar si lo que está sucediendo es igual o peor de lo que anticipa. Si encuentra diferencias inesperadas puede hacer una reevaluación de su importancia. En este momento, el individuo descubre la realidad de lo que está ocurriendo y lo que puede hacer al respecto, según eso, su afrontamiento se verá afectado.
- Finalmente, en la etapa de postconfrontación, el sujeto se pregunta cómo puede reaccionar durante el daño, cuál es la importancia que ese hecho tiene para él y qué nuevas amenazas o demandas le traerá.

#### **2.2.2.F. Recursos para el afrontamiento**

Sabemos que el afrontamiento viene determinado por la evaluación cognitiva. La forma en que ésta evaluación afronte la situación, dependerá principalmente de los recursos que se disponga y de las limitaciones que dificulten el uso de tales recursos en el contexto de una



interacción determinada. A modo de especificar la naturaleza de las diversas dimensiones de los recursos de afrontamiento, presentamos las principales categorías: los que se consideran propiedades del individuo como la salud y la energía (recursos físicos), las creencias positivas (recursos psicológicos) y las técnicas sociales (aptitudes) y de resolución de problemas. (Ninapaitan, 2017). En cuanto a los recursos físicos como “la salud y la energía”, es importante mencionar que cuando una persona es frágil, enferma o se encuentra cansada tiene menos energía para afrontar el estrés que otra persona que se encuentra en un adecuado estado de salud o en mejores condiciones físicas. (Lazarus y Folkman, 1986, Ninapaitan, 2017).

En cuanto a los recursos psicológicos como “las creencias positivas sabemos que, ver las cosas desde un punto de vista positivo y a sí mismo en forma positiva ayuda mucho” (Lazarus y Folkman, 1986, citado por Ninapaitan, 2017). El hecho de que una persona crea que es capaz de soportar cualquier situación o se sienta con las fuerzas suficientes para afrontar hechos difíciles, ayuda y hace posible un resultado positivo o, por lo menos, es más probable que así sea. Así como las creencias positivas ayudan, las creencias negativas también no ayudan a manejar las situaciones. Por último, “las técnicas sociales o de resolución de problemas incluyen habilidad para conseguir información, analizar las situaciones, examinar alternativas, elegir planes de acción, etc” (Lazarus y Folkman, 1986, citado por Ninapaitan, 2017). Son recursos de afrontamiento importantes que se expresan a través de acciones específicas en situaciones bien claras y definidas. Igualmente, las habilidades sociales son un importante recurso de afrontamiento.

## **2.2. Hipótesis de trabajo**

### **2.3.1. Hipótesis general**



**Ha:** Existe relación entre el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018.

**Ho:** No existe relación entre el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018.

### 2.3.2. Hipótesis específicas

**Ha:** Existe diferencia en el nivel del soporte social, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

**Ho:** No existe diferencia en el nivel del soporte social, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

**Ha:** Existe diferencia en las estrategias de afrontamiento, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

**Ho:** No existe diferencia en las estrategias de afrontamiento, según el delito, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

**Ha:** Existe diferencia en el nivel del soporte social, según el tiempo de reclusión, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

**Ho:** No existe diferencia en el nivel del soporte social, según el tiempo de reclusión, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

**Ha:** Existe diferencia en las estrategias de afrontamiento, según el tiempo de reclusión, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

**Ho:** No existe diferencia en las estrategias de afrontamiento, según el tiempo de reclusión, en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, Cusco 2018

### 2.4. Variable



#### **2.4.1. Identificación de variables**

**Variable 1:** Soporte social

**Variable 2:** Estrategias de afrontamiento

#### **2.4.2. Operacionalización de variables**



Variable	Definición operacional de la variable	Dimensiones	Indicadores / ítems	Valoración
Soporte social	Son respuestas aludidas por los internos e internas del Establecimiento penitenciario de Quillabamba, sobre su percepción de soporte social, en su actual situación de reclusión, que tienen por parte de sus familiares, amigos, compañeros y entre otros, a través del Inventario de Soporte Social.	Disponibilidad	Ítems: 1, 2 y 3	Escala de opciones múltiples por frecuencia
		Reciprocidad	Ítems: 5, 6 y 7	
		Apoyo practico	Ítems: 4 y 5	
		Apoyo emocional	Ítems: 6, 7, 8 y 9	
		Apoyo relacionado a un problema actual	Items: 10 y 11	



Variable	Definición operacional de la variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valoración
Estrategias de afrontamiento internos del establecimiento penitenciario de Quillabamba sobre su actuar frente a situaciones que atraviesan en su vida diaria. El cual será obtenido mediante el	Son las respuestas expresadas por los internos del establecimiento penitenciario de Quillabamba sobre su actuar frente a situaciones que atraviesan en su vida diaria. El cual será obtenido mediante el	Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	Afrontamiento activo	Ítems: 1, 14, 27 y 40	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casi nunca hago eso</li> <li>• A veces hago eso</li> <li>• Usualmente hago eso</li> <li>• Siempre hago eso</li> </ul>
			Planificación de actividades	Ítems: 2, 15, 28 y 41	
			Supresión de actividades	Ítems: 3, 16, 29 y 42	
			Postergación de afrontamiento	Ítems: 4, 17, 30 y 43	
			Búsqueda de apoyo social	Ítems: 5, 18, 31 y 44	
			Búsqueda de soporte emocional	Ítems: 6, 19, 32 y 45	



---

Inventario de estimación del Afrontamiento COPE 60	Estilo de afrontamiento enfocado en la emoción	de Reinterpretación positiva	Ítems: 7, 20,33 y 46
		Aceptación	Ítems: 8, 21, 34 y 47
		Negación	Ítems: 11, 24, 37 y 47
		Acudir a la religión	Ítems: 9, 22, 35 y 48
	Otros estilos adicionales de afrontamiento	Enfocar y liberar emociones	Ítems: 10, 23, 36 y 49
		Desentendimiento conductual	Ítems: 12, 25, 38 y 51
		Desentendimiento mental	Ítems: 13, 26, 39 y 52

---



## 2.5. Definición de términos básicos

**Estrategias de Afrontamiento.** Son procesos concretos que se utilizan en cada contexto y que pueden ser altamente cambiantes, dependiendo de las condiciones que se den en cada momento o en una determinada situación estresante. (Ninapaitan, 2017)

**Soporte social.** Se refiere a la existencia de personas y que estas tengas disponibilidad, de manera que se proporcione un vínculo de confianza y ayuden en cualquier momento de su vida. Estos individuos hacen conocer a la persona que se preocupan, que lo valoran y que sienten amor y cariño por él (Paz, 2011).

**Establecimiento penitenciario.** Establecimiento al que ingresa una persona privada de libertad para su internamiento, dispuesto por la autoridad judicial competente, con el fin de evitar la evasión de los presos y la readaptación social (Malca y Sánchez, 2016).

**Internos.** Individuo que se encuentra internado en un Establecimiento Penitenciario en condición de procesado o sentenciado, por disposición judicial competente (Malca y Sánchez, 2016).

**Tratamiento Penitenciario.** Son procedimientos y métodos de acciones individualizadas y grupales que se realiza de manera progresiva y que tienen como objetivo lograr la resocialización y readaptación de los internos (Brocos, 2016).

**Situación Jurídica.** Es la condición que tiene un recluso respecto a su proceso judicial, procesado o sentenciado, según la disposición judicial capacitado (Malca y Sánchez, 2016).





## CAPÍTULO III

### MÉTODO

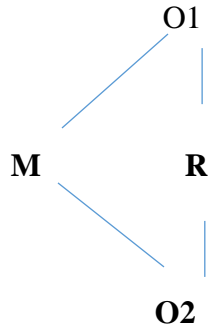
#### 3.1. Alcance del estudio

La presente investigación tiene alcance descriptivo correlacional, ya que se cuenta con dos variables (soporte social y estrategias de afrontamiento), donde se sometieron a un análisis correlativo, esto nos permitió determinar la asociación de estas dos variables. Estos estudios descriptivos correlacionales se orientaron a determinar el grado de relación existente entre dos o más variables, en una misma muestra de sujetos (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

#### 3.2. Diseño de investigación

La investigación tuvo un diseño no experimental transversal, que son “estudios que se efectúan sin la manipulación deliberada de variables y en los que solo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos”. Del mismo modo Liu y Tucker (2008), citado por (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010) manifiesta que “el diseño de investigación transversal recolecta datos en un solo momento, en tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado”. En este estudio se correlacionan los niveles de soporte social y las estrategias de afrontamiento en los internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.

El esquema de la investigación es la siguiente:

**Donde:**

- **M**= Internos e internas del penal de Quillabamba
- **O1**= Estrategias de Afrontamiento
- **O2**= Soporte Social
- **R**= relación existente entre ambas variables

**3.3. Población**

La población de la presente investigación está conformada por 332 internos, clasificados por género: masculino 281 y femenino 51, entre sentenciados y procesados, reclusos por los delitos: tráfico ilícito de drogas (TID), robo agravado, hurto agravado, homicidio, violación sexual, tenencia ilegal de armas (TIA) y entre otros del establecimiento penitenciario de Quillabamba, distribuidos en 2 pabellones, al 22 de octubre.

Tabla 1

*Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según género.*

Sexo	F	%
Varones	281	84,6%
Mujeres	51	15,4%
Total	332	100%

Fuente: Elaboración propia

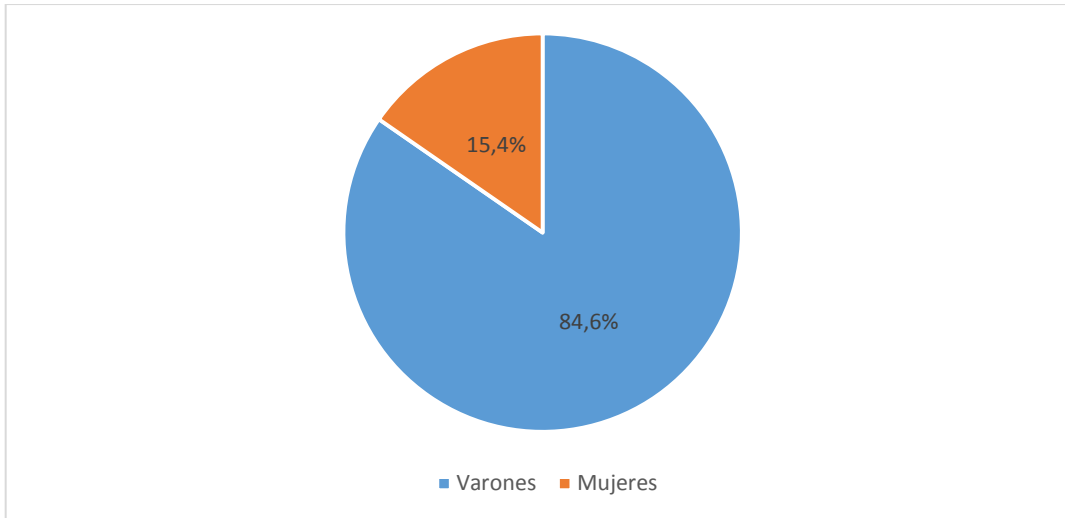


Figura 1  
*Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según género.*

Tabla 2  
*Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según delito.*

Delitos	f	%
Tráfico Ilícito de drogas (TID )	132	39,8%
Robo agravado	45	13,6%
Hurto agravado	27	8,1%
Homicidio	30	9%
Violación Sexual	40	12%
Tenencia ilegal de armas (TIA)	8	2,4%
Otros	50	15,1%
Total	332	100%

Fuente: Elaboración propia

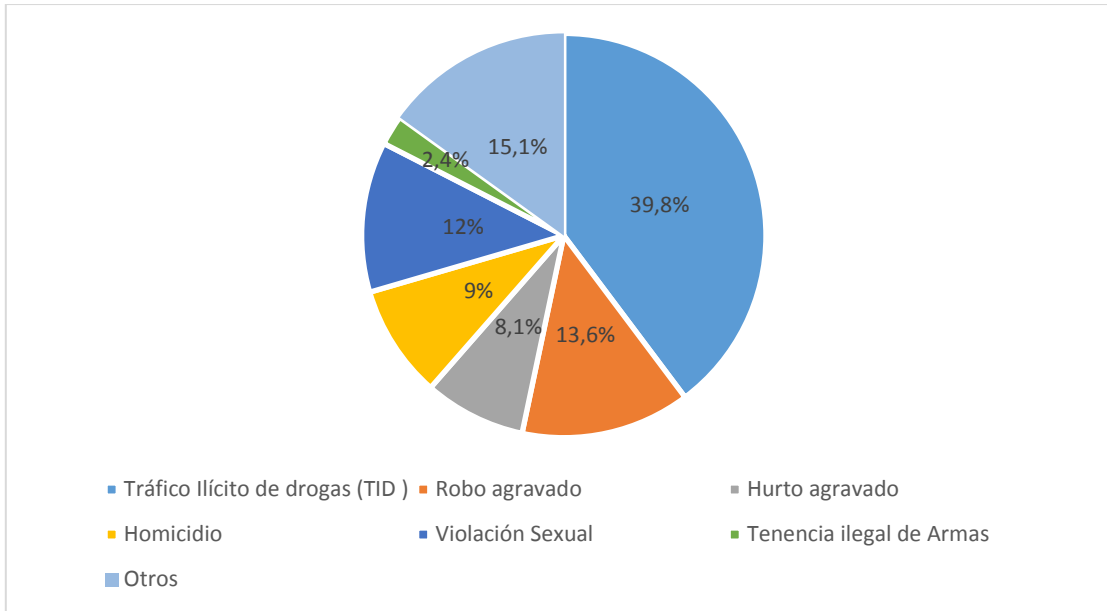


Figura 2  
*Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según delito.*

Tabla 3  
*Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según el tiempo de permanencia.*

Tiempo	f	%
Menos de un año	90	27,1%
De uno a menos de tres años	83	25%
De tres a menos de cinco años	67	20,2%
De cinco años a más	92	27,7%
Total	332	100%

Fuente: Elaboración propia



*Figura 3.*  
*Distribución poblacional de los internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según el tiempo de permanencia.*

### 3.4. Muestra

El tamaño de muestra se calculará con la fórmula para poblaciones finitas. Con una población total de 332 internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.

La muestra se obtiene aplicando la siguiente formula:

$$n = \frac{N \cdot Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot (1-p)}{e^2 \cdot (N-1) + Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot (1-p)}$$

**Donde:**

n = tamaño de la muestra

N = población (332)

Z = Nivel de confianza (99% = 2.58)

p = Probabilidad de éxito representada por el 50% es decir 0.5

q = (1 - p) = Probabilidad de fracaso representada por el 50% es decir 0.5

e = Margen de error (1 % = 0.01)

Aplicando la fórmula:

$$n = \frac{(332) \cdot (2.58)^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5)}{(0.01)^2 \cdot (332-1) + (2.58)^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5)}$$

$$n = 221.74$$

$$n = 222$$

Por lo tanto, la muestra estuvo conformada por 222 internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.

Tabla 4

*Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según género.*

Sexo	f	%
Varones	187	84,2%
Mujeres	35	15,7%
Total	222	100%

Fuente: Elaboración propia

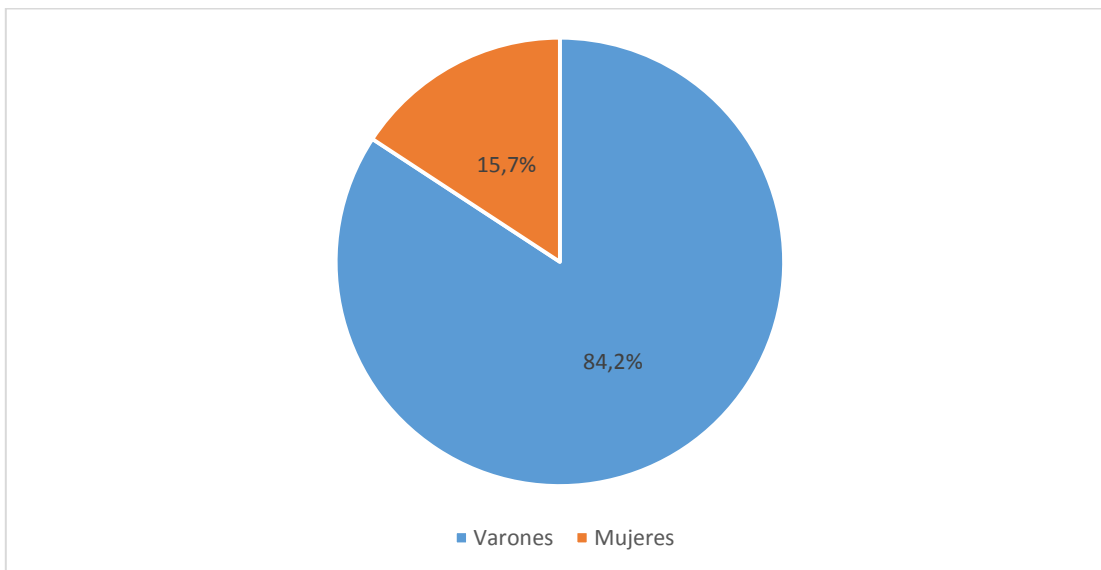


Figura 4

*Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según género*

Tabla 5  
*Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según delito.*

Delitos	f	%
Tráfico Ilícito de drogas (TID )	85	38,3%
Robo agravado	37	16,7%
Hurto agravado	12	5,4%
Homicidio	21	9,5%
Violación Sexual	36	16,2%
Tenencia ilegal de armas (TIA)	7	3,2%
Otros	24	10,8%
Total	222	100%

Fuente: Elaboración propia

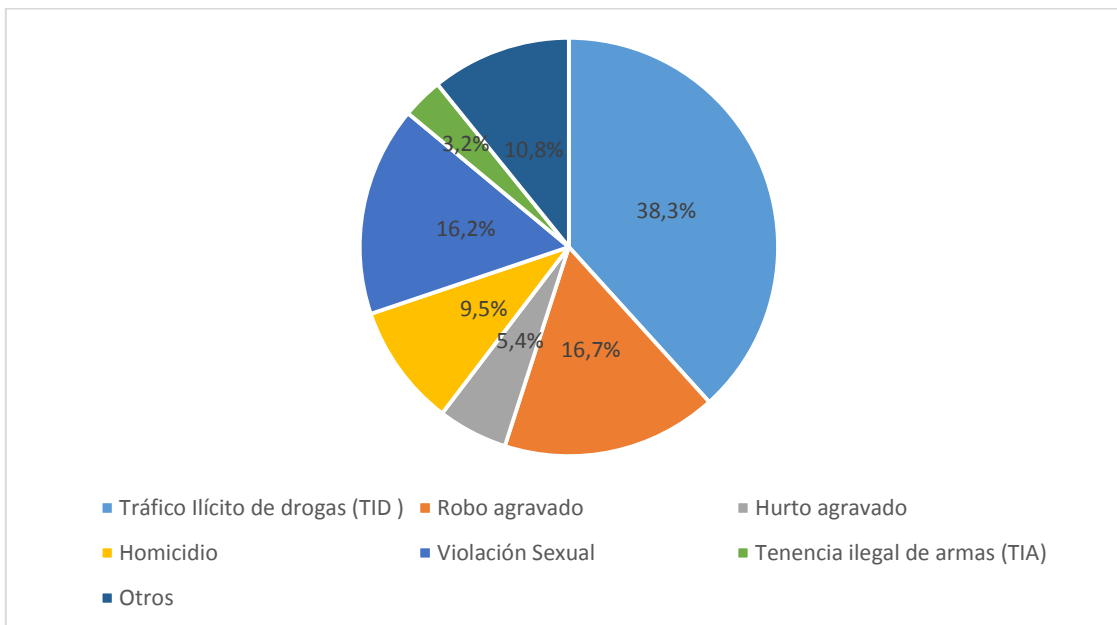


Figura 5  
*Muestra probabilística estratificada para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, según el delito.*

Tabla 6

*Muestra probabilística para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según el tiempo de permanencia.*

Tiempo	f	%
Menos de un año	56	25,2%
De uno a menos de tres años	51	22,9%
De tres a menos de cinco años	54	24,3%
De cinco años a más	61	27,4%
Total	222	100%

Fuente: Elaboración propia

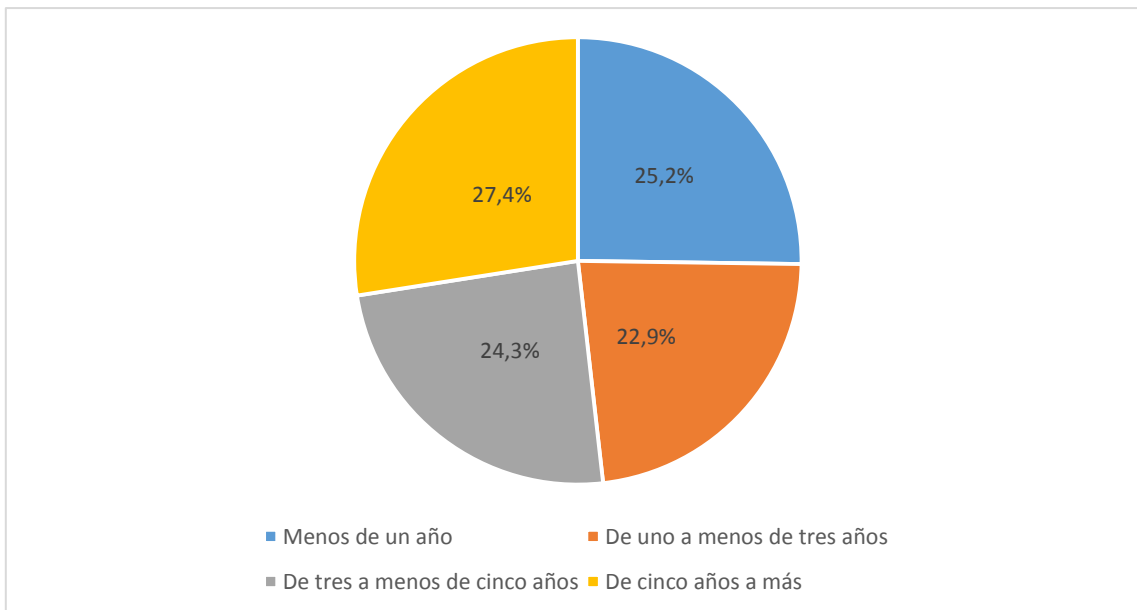


Figura 6

*Muestra probabilística para la población del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba según el tiempo de permanencia*

### 3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

#### 3.5.1. Técnicas

La técnica utilizada en la presente investigación es la siguiente:





- **Entrevista grupal:** Es una técnica enfocada a establecer contactos directos con las personas que se consideren fuentes de información en su fase de recolección de datos, este se adquiere mediante un conjunto de preguntas, orales o escritos, que se les hace a las personas involucradas en el problema motivo de estudio (Altamirano, 2013).
- **Observación:** Fernández Ballesteros en el 2011, citado por (Cabrera, 2017), menciona que el método científico tiene como técnica principal la observación, mientras que Sierra (1984), manifiesta que esta técnica se ejecuta por los propios sentidos del investigador, con o sin la utilización de aparatos técnicos, de algún hecho o interés a estudiar.

### 3.5.2. Instrumentos

La recolección de la información se obtuvo por medio de la aplicación de dos instrumentos, el primero fue para ver los niveles del soporte social; y el segundo, las Estrategias de Afrontamiento utilizadas por los internos e internas para hacer frente a situaciones que son consideradas como difíciles.

#### **Instrumento 1:**

Inventario de Soporte Social

#### **Ficha técnica**

- **Nombre de la Prueba:** Inventario de Soporte Social
- **Autor(es):** Flaherthy, J.A.; Gaviria, F.M.; y Pathak, S. (1983)
- **Procedencia:** EE. UU.
- **Estandarización:** Zanoló & Gómez en Lima (1993)  
Morales & Ñique en Trujillo (2007)  
Montalvan & Sánchez en Chiclayo (2009)



- **Administración:** En forma individual o grupal.
- **Ámbito de aplicación:** Jóvenes y adultos
- **Duración:** Un promedio de 25 minutos.
- **Puntuación:** Calificación manual o computarizada
- **Significación:** Mide el grado de Soporte Social y las redes de interacción del sujeto.
- **Áreas de Evaluación:** Reciprocidad, disponibilidad, apoyo emocional, apoyo práctico, apoyo relacionado a un problema actual.

### Descripción de la Prueba

Consta de 11 preguntas los cuales tienen que estar referidas a cuatro personas que forman parte de las redes sociales cercanas señaladas como las más importantes por el propio interno y a una institución en el que se congregue o asista (Paredes, 2005).

Dentro del cuestionario del soporte social, las áreas que se evaluarán son las siguientes:

- 1) Disponibilidad: Engloba las preguntas 1, 2, 3, las cuales reconocen los recursos latentes, es decir la potencialidad, con el que el individuo podría contar en caso de ser necesario.
- 2) Reciprocidad: Contiene las preguntas 5, 6, 7, que exploran el balance y equilibrio del dar y recibir, comprende una importancia fundamental ya que por un lado se adquiere bienestar siendo ayuda del receptor, y de la misma manera también a través de la satisfacción que provee dar soporte a otros, con lo que el sentimiento de autoestima se estaría incrementando.
- 3) Apoyo práctico: Incluye las preguntas 4, 5, que simboliza el apoyo práctico en la magnitud que resuelven problemas concretos y los que valora el cuestionario solo se conceden siempre y cuando se utilizan estrechas relaciones interpersonales.



- 4) Apoyo emocional: Abarcan las preguntas 6, 7, 8, 9, donde esta variable es considerada como la más característica del soporte social, relativo a la oportunidad que recibe una persona como apoyo afectivo en un evento difícil que lo amerite.
- 5) Apoyo relacionado a un problema actual: Abarca las preguntas 10, 11, y se refiere a un problema actual de apoyo relativo que señala las posibilidades de respuesta del evaluado ante una actual situación.

Los rubros A, B, C, D, E y F del cuestionario, se describe únicamente a los aspectos demográficos del grupo de investigación. En este rubro no estará integrado la calificación, pero nos consentirá en los resultados un detallado análisis.

Variará el puntaje total en función a la pregunta de cada puntaje, del ítem 1 al 9 se calificará cada respuesta del 1 al 5 que el evaluado realice por persona anotada, desde otro punto, en los ítems 10 y 11 los valores de cada respuesta serán del 1 al 6 que el evaluado realizara por persona anotada. Entonces el puntaje total se podrá obtener como mínimo puntaje de 96 y un máximo puntaje de 267, del mismo modo, se obtienen puntajes mínimos y máximos, en cada una de las dimensiones, las cuales son:

- En la dimensión de disponibilidad: De 22 a 66
- En la dimensión de reciprocidad: De 23 a 75.
- En la dimensión de apoyo práctico: De 13 a 50.
- En la dimensión de apoyo emocional: De 32 a 100.
- En la dimensión de apoyo relacionado a un problema actual: De 15 a 58.
- Soporte Social Total: De 96 a 267

## **Instrumento 2:**

Cuestionario COPE

## **Ficha técnica**



Está compuesta por 52 ítems, los cuales puntúan en una escala tipo Likert de 4 puntos, donde 1 es casi nunca lo hago, 2 a veces lo hago, 3 usualmente lo hago y 4 hago esto con mucha frecuencia. Los participantes indicaran el grado de conformidad con el ítem.

- **Nombre:** COPE
- **Autores:** Caver, Scheier y Weintraub (1989)
- **Procedencia:** E.E.U.U
- **Adaptación Peruana:** Casuso (1996)
- **Objetivo:** Evalúa estrategias de afrontamiento al estrés
- **Población:** General
- **Numero de Ítems:** 52
- **Tiempo de Administración:** 15 – 20 minutos
- **Dimensiones:**

Afrontamiento activo, planificación de actividades, supresión de actividades, postergación de afrontamiento, búsqueda de apoyo social, búsqueda de soporte emocional, reinterpretación positiva, aceptación, negación, religión, enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y desentendimiento mental.

- **Materiales:** Manual y Cuestionario
- **Datos normativos:**

El cuestionario se utiliza de la siguiente manera, el sujeto ha de responder haciendo referencia a cómo afronta las situaciones de estrés habitualmente. Si se usa de una forma situacional o si tuvo ciertos eventos estresante en los últimos tres meses, la define y contesta refiriéndose a ella. Se ha de aclarar que no hay respuestas correctas o incorrectas, cada ítem es independiente, y que las respuestas tienen que señalar su experiencia propia y no lo que hace la gran parte de personas.



En la interpretación y corrección se suma los ítems con la puntuación por cada subescala y se divide el resultado entre el número de ítems que está compuesto por cada escala. La puntuación para cada una de ellas oscila entre 1 y 4 (máximo).

### 3.6. Validez y confiabilidad de instrumentos

#### *Validez y Confiabilidad del Inventario de Soporte Social*

- **Validez:** Vargas en el año 1988, estableció la validez a través del coeficiente ítem-test corregido, donde significativamente se correlacionan los 11 ítems (Gomez, 1994).

Del mismo modo Morales, D. y Ñique, N. en el año 2007, citado por (Brocos, 2016), corroboraron la validez del Inventario de Soporte social, por esta razón en el análisis de los ítems se usó el coeficiente de validez ítem-test corregido, que permitió conseguir en el total de ítems del soporte social valores entre 0.57 y 0.79. En lo que respecta a las dimensiones del soporte social se adquirieron los siguientes valores:

- En la dimensión de disponibilidad, valores entre 0.57 y 0.76.
  - En la dimensión de reciprocidad, valores entre 0.55 y 0.64.
  - En la dimensión de apoyo práctico, valores entre 0.58 y 0.74.
  - En la dimensión de apoyo emocional, valores entre 0.56 y 0.80.
  - En la dimensión de apoyo recibido relacionado a un problema actual, valores entre 0.76 y 0.86.
- **Confiabilidad:** En el Perú en el año 1993 esta escala fue sometida a confiabilidad y baremación. En primera instancia este trabajo fue efectuado por Gómez, R. y Zanolo, B. en una muestra de 241 estudiantes de universidades estatales y particulares, alcanzando una confiabilidad de 0.89, con el uso del estadístico coeficiente Alfa de Cronbach lo que



manifiesta que los reactivos de la escala están diseñados de tal forma que miden la misma característica (Gomez, 1994).

Más adelante, en el 2007 Morales, D. y Ñique, N., citado por (Brocos, 2016), establecieron la confiabilidad por consistencia interna por medio del coeficiente Alfa de Cronbach, lo que permitió conseguir un valor de 0.91 en la escala total de Soporte Social. En lo que respecta a las dimensiones, se adquirieron los siguientes valores:

- En la dimensión de Disponibilidad, un valor de 0.81.
- En la dimensión de Reciprocidad, un valor de 0.77.
- En la dimensión de Apoyo práctico, un valor de 0.74.
- En la dimensión de Apoyo emocional, un valor de 0.83.
- En la dimensión de Apoyo recibido como respuesta a un problema actual, un valor de 0.86.

### ***Validez y Confiabilidad de COPE***

- ***Validez:*** Muestra relaciones con otras escalas de afrontamiento y medidas de personalidad. Donde, existe una positiva relación entre las estrategias de afrontamiento activo, crecimiento personal, reinterpretación positiva, planificación, con otras variables como autoestima, optimismo, fortaleza y control de la situación. El afrontamiento activo muestra además una positiva relación con la personalidad tipo A, y una negativa relación con ansiedad-rasgo. Las estrategias desconexión conductual y de negación muestran un patrón opuesto en sus relaciones con estas variables. Por otra parte, las escalas de COPE se diferencian de otras medidas de afrontamiento como la medida unidimensional de atenuador (blunting) vs. Incrementador (monitoring), y no están relacionadas con la deseabilidad social. (Casuso, 1996)



- **Confiabilidad:** consistencia interna: 0.45 – 0.92. Fiabilidad: 0.46 – 0.86 y 0.42 – 0.89.  
Correlación general y situacional: menor de 0.40 (salvo escalas de consumo de alcohol o drogas y religión) (Martín, Jiménez, & Fernandez, 2004).

### 3.7. Plan de análisis de datos

Para el procesamiento de la información se realizará el siguiente proceso:

- Se realizó el “vaciado” de las encuestas en base de datos, es decir, se va transferir la información de las encuestas a la base de datos.
- Se exporto a Excel para su adecuada edición (tablas y figuras)
- Se pasó la respuesta de los objetivos descriptivos, se hará el uso de frecuencia y porcentajes, mientras los objetivos descriptivos comparativos obedecen a un análisis mediante el estadístico chi cuadrado de homogeneidad y la relación entre variables se determinará mediante la prueba de hipótesis chi cuadrado.



## CAPITULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1 Resultado respecto a los objetivos específicos

Los objetivos específicos del estudio buscan identificar el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, para posteriormente establecer el análisis de ambas variables considerando ciertas determinantes de división poblacional como tipo de delito y tiempo de reclusión.

Tabla 7  
*Nivel de soporte social en el Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Nivel	F	%
Alto	77	34.7
Medio	57	25.7
Bajo	88	39.6
Total	222	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Como se observa en la tabla 7 existe un mayor número de internos agrupados en el nivel bajo de soporte social, con 39.6% de evaluados, seguidos por los agrupados en el nivel alto, con 34.7% de internos, encontrándose finalmente un 25.7% de internos en la categoría medio del soporte social. Tal como se puede observar existe por lo menos un 25% de evaluados en cada nivel, situación que revela cierta dispersión homogénea de evaluados.





Al presentarse una mayor agrupación en el nivel bajo de soporte social, veremos que existe un mayor número de internos que no reconoce a personas y grupos en su comunidad que les puedan servir de ayuda al momento de afrontar acontecimientos y condiciones adversas, sin significar lo antes mencionado una idea generalizada entre la población objeto de estudio, al existir importante porcentaje de intenso que considerar tener soporte medio y alto.

Tabla 8

*Nivel de soporte social en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Nivel	Femenino		Masculino	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%
Alto	17	48.6	60	32.1
Medio	5	14.3	52	27.8
Bajo	13	37.1	75	40.1
Total	35	100.0	187	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Al identificar el nivel de soporte social, según género, se encontró que las mujeres internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, se agrupan mayormente en el nivel alto de soporte social, con 48.6% de evaluadas, a diferencia de los internos varones que tienden a agruparse en el nivel bajo, con 40.1% de evaluados. Dicha distribución de evaluados, según género, refleja una mejor apreciación de las internas al momento de evaluar la posibilidad de afrontar los acontecimientos y condiciones de vida adversas, sustentada en la asistencia de personas y grupos dentro de su comunidad.

Tabla 9

*Estrategias de afrontamiento en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Estrategias de afrontamiento	Femenino		Masculino	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Desentendimiento mental	6	10.9	10	3.6
Desentendimiento Conductual	2	3.6	4	1.4
Enfocar y liberar emociones	1	1.8	4	1.4
Acudir a la religión	11	20.0	80	28.9
Negación	1	1.8	5	1.8
Aceptación	6	10.9	20	7.2
Reinterpretación positiva	12	21.8	45	16.2
Búsqueda de soporte emocional	3	5.5	18	6.5
Búsqueda de apoyo social	2	3.6	25	9.0
Postergación de afrontamiento	0	0.0	12	4.3
Supresión de actividades	3	5.5	9	3.2
Planificación de actividades	7	12.7	27	9.7
Afrontamiento activo	1	1.8	18	6.5
Total	55	100.0	277	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Como se observa en la tabla 9 las internas tienden a presentar los estilos reinterpretación positiva, con 21.8%, y acudir a la religión, con 20.0%, como más representativos, mientras los internos muestran los mismos estilos como representativos en la mayor proporción de evaluados, sin embargo, el orden de presentación cambia, estando en primer lugar el estilo acudir a la religión, con 28.9%, seguido del estilo reinterpretación positiva, con 16.2% de evaluados. Bajo este panorama vemos que los evaluados son tendientes a acudir a una religión en situaciones de estrés con el fin de controlar el malestar emocional y son capaces de atribuir cualidades a la situación estresante a fin de ganar aprendizajes de las mismas, esto como factor de crecimiento dentro de la estrategia reinterpretación positiva.

Tabla 10

*Nivel de soporte social según delito en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Nivel	Tráfico ilícito de drogas		Robo agravado		Hurto agravado		Homicidio		Violación		Tenencia ilegal de armas		Otros	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Alto	25	29.4	19	51.4	6	50.0	3	14.3	4	11.1	5	71.4	15	62.5
Medio	26	30.6	9	24.3	4	33.3	7	33.3	4	11.1	2	28.6	5	20.8
Bajo	34	40.0	9	24.3	2	16.7	11	52.4	28	77.8	0	0	4	16.7
Total	85	100.0	37	100.0	12	100.0	21	100.0	36	100.0	7	100.0	24	100.0

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 10 muestra el nivel de soporte social según delito cometido, encantándose mayores niveles de soporte social en los delitos tenencia ilegal de armas, con 71.4%, robo agravado, con 51.4%, hurto agravado, con 50.0%, así como en grupo otros (Ramirez & Ramos, 2018), que contiene a los delitos (trata de personas, secuestro, alimentos, estafa, peligro común, sicariato, contrabando y acoso) con 62.5% de evaluados. De otro lado, entre los delitos que presentan un menor nivel de soporte social se encuentran la violación, con 77.8% de evaluados en un nivel bajo, así como el homicidio, con 52.4% de evaluados en el mismo nivel.

Los resultados encontrados evidencian cierta pérdida del soporte social según el tipo de delito cometido, encontrándose una menor percepción de soporte en aquellos delitos que por su gravedad serían condenados de manera más drástica por la sociedad, tal es el caso de la violación y el homicidio, pudiendo los mismos vincularse a un estigma social incluso dentro del ambiente penitenciario.

Tabla 11

*Estrategias de afrontamiento según delito en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Estrategias de afrontamiento	Tráfico ilícito de drogas		Robo agravado		Hurto agravado		Homicidio		Violación		Tenencia ilegal de armas		Otros	
	f	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Desentendimiento mental	9	7.3	3	5.1	1	4.3	1	3.4	1	1.9	0	0	1	2.7
Desentendimiento Conductual	4	3.3	0	0	1	4.3	0	0	1	1.9	0	0	0	0
Enfocar y liberar emociones	3	2.4	0	0	0	0	2	6.9	0	0	0	0	0	0
Acudir a la religión	3	2.3	1	30.5	2	8.7	5	17.2	1	2.6	1	1.4	1	3.8
Negación	5	8.5	8	28.5	1	4.3	2	7.2	6	17.6	4	11.3	4	11.3
Aceptación	1	0.8	0	0	1	4.3	2	6.9	1	1.9	0	0	1	2.7
Reinterpretación positiva	7	5.7	4	6.8	0	0	1	3.4	5	9.3	0	0	3	8.1
Búsqueda de soporte emocional	2	1.5	9	15.1	0	0	6	20.7	8	11.3	2	2.6	3	8.1
Búsqueda de apoyo social	3	8.7	6	10.2	1	4.3	1	3.4	3	5.1	1	1.4	4	11.3
Postergación de afrontamiento	5	4.1	6	10.2	1	4.3	3	10.3	4	7.6	1	1.4	3	8.1
Supresión de actividades	1	0.8	3	5.1	1	4.3	0	0	3	5.1	1	1.4	3	8.1
Planificación de actividades	4	3.3	2	3.4	0	0	1	3.4	4	7.6	0	0	1	2.7
Afrontamiento activo	1	0.8	8	10.2	0	0	2	6.9	6	11.3	0	0	4	11.3
Total	23	100	9	100	3	100	9	100	4	100	7	100	3	100

Fuente: Elaboración propia.

Como se muestra en la tabla 11 la estrategia de afrontamiento acudir a la religión es aquella representativa de una mayor cantidad de evaluados para los delitos: tráfico ilícito de drogas, con 28.5% de evaluados, robo agravado, con 30.5% de evaluados, violación, con 26.6% de evaluados, encontrándose por último el grupo otros, con 37.8% de evaluados. Por otro lado, dentro del delito hurto agravado, se presentan con mayor frecuencia los estilos

reinterpretación positiva y aceptación, con 26.1% de evaluados, mientras en los delitos homicidio y tenencia ilegal de armas se presenta con mayor frecuencia la estrategia de afrontamiento reinterpretación positiva, con 20.7% y 28.6% de evaluados respectivamente.

En este entender se puede apreciar que la orientación a la religión como estrategia de afrontamiento vincularía con los delitos que por su naturaleza podrían configurar penas privativas de libertad amplias, sin embargo, al no agrupar al homicidio no serían aquellas de mayor rigor, por otro lado, se presenta la estrategia reinterpretación positiva como complementaria a las ya mencionadas al encontrarse como segunda más desarrollada para estos delitos y más frecuente en delitos como hurto agravado, homicidio y tenencia ilegal de armas, lo mismo que involucraría la posibilidad de llegar a aprender de los errores ya cometidos.

Tabla 12

*Nivel de soporte social según tiempo de reclusión en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Nivel	Menos de un año		De uno a menos de tres años		De tres a menos de cinco años		De cinco años a más	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Alto	21	38.9	16	32.7	18	31.0	22	36.1
Medio	13	24.1	12	24.5	18	31.0	14	23.0
Bajo	20	37.0	21	42.9	22	37.9	25	41.0
Total	54	100.0	49	100.0	58	100.0	61	100.0

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 12 muestra el nivel de soporte social según tiempo de reclusión, identificándose un menor nivel de soporte social percibido por los internos e internas evaluados conforme transcurren más tiempo en el establecimiento penitenciario, de esta manera, aquellos reclusos con menos de un año se agrupan mayormente en el nivel alto de soporte social, con 38.9% de evaluados, mientras aquellos con más de un año, más de tres años y más de cinco se ubican en el nivel bajo con 42.9%, 37.9% y 41.0% de evaluados respectivamente. En este entender se



hace claro que los evaluados perciben una disminución del soporte social conforme se mantienen reclusos.

Tabla 13

*Estilo de afrontamiento según tiempo de reclusión en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Nivel	Menos de un año		De uno a menos de tres años		De tres a menos de cinco años		De cinco años a más	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Desentendimiento mental	6	6.9	0	0	6	5.9	4	4.9
Desentendimiento Conductual	0	0	1	1.6	3	3.0	2	2.4
Enfocar y liberar emociones	1	1.1	1	1.6	2	2.0	1	1.2
Acudir a la religión	31	35.6	16	25.8	18	17.8	26	31.7
Negación	0	0	0	0	3	3.0	3	3.7
Aceptación	7	8.0	5	8.1	10	9.9	4	4.9
Reinterpretación positiva	15	17.2	9	14.5	20	19.8	13	15.9
Búsqueda de soporte emocional	5	5.7	9	14.5	6	5.9	1	1.2
Búsqueda de apoyo social	10	11.5	6	9.7	8	7.9	3	3.7
Postergación de afrontamiento	3	3.4	3	4.8	4	4.0	2	2.4
Supresión de actividades	1	1.1	1	1.6	5	5.0	5	6.1
Planificación de actividades	6	6.9	7	11.3	9	8.9	12	14.6
Afrontamiento activo	2	2.3	4	6.5	7	6.9	6	7.3
Total	87	100.0	62	100.0	101	100.0	82	100.0

Fuente: Elaboración propia.

Por último, la tabla 13 muestra los estilos de afrontamiento según tiempo de reclusión, pudiendo identificarse el estilo acudir a la religión como el más frecuente entre los evaluados, en los grupos temporales establecidos, a excepción del grupo de evaluados reclusos entre tres y menos de cinco años, donde el estilo reinterpretación positiva es el que mayor porcentaje de evaluados agrupa, con 19.8%. Es importante considerar también que el estilo acudir a la religión agrupa al 35.6% de evaluados que tienen menos de un año en reclusión, disminuyendo dicho porcentaje en el tiempo, sin embargo, dicho estilo vuelve a incrementarse, identificando a más del 30% de evaluados, en el grupo de cinco a más años de reclusión. Es importante a su vez mencionar que el estilo reinterpretación positiva se mantiene presente, agrupando buen

número de internos, indistintamente del grupo temporal analizado y que estilos como búsqueda de soporte emocional y apoyo social tienden a presentarse como representativos en los evaluados sobre todo en periodos cercanos al ingreso a los establecimientos penitenciarios.

#### 4.2 Resultado respecto al objetivo general

A continuación, se presentan los procedimientos pertinentes a fin de determinar la relación entre el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba, para el periodo de estudio, utilizándose la prueba estadística Chi cuadrado, al analizarse los resultados distribuidos en una medida no escalar.

Tabla 14

*Relación entre el nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internas e internos del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba.*

Estrategias de afrontamiento		Nivel de soporte social			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Afrontamiento activo	Recuento	4	2	2	10
	% en soporte social	4.5	7.0	2.6	4.5
Planeación de actividades	Recuento	7	8	5	20
	% en soporte social	8.0	14.0	6.5	9.0
Desentendimiento Mental	Recuento	4	0	4	8
	% en soporte social	4.5	0.0	5.2	3.6
Búsqueda de apoyo social	Recuento	5	6	4	15
	% en soporte social	5.7	10.5	5.2	6.8
Reinterpretación positiva	Recuento	17	15	14	46
	% en soporte social	19.3	26.3	18.2	20.7
Aceptación	Recuento	2	0	5	7
	% en soporte social	2.3	0.0	6.5	3.2



Acudir a la religión	Recuento	37	19	35	91
	% en soporte social	42.0	33.3	45.5	41.0
Otros	Recuento	12	5	8	25
	% en soporte social	13.6	8.8	10.4	11.3
Total	Recuento	88	57	77	222
	% en soporte social	100.0	100.0	100.0	100.0
					0
Chi-cuadrado = 26,050					<i>P</i> = 0.310

Fuente: Elaboración propia.

Una vez hallados los resultados y sometidos a la prueba de Chi cuadrado, podemos afirmar que no existe relación entre nivel de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes, al encontrarse un *p-valor* de 0.310, superior a 0.05, establecido como error aceptable para la prueba de hipótesis. Por tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Pudiendo comprobarse en la tabla 14 la dispersión de datos entre las variables de estudio.





## CAPÍTULO V

### DISCUSIÓN

#### 5.1. Discusión de los hallazgos más relevantes y significativos

La presente investigación se llevó a cabo con el fin de determinar la relación de los niveles de soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba. De acuerdo a los objetivos que la presente investigación se planteó desarrollar, se detallan sus principales hallazgos en el orden siguiente.

A nivel descriptivo, considerando las variables de estudio que son soporte social y estrategias de afrontamiento, en relación al soporte social se encontraron estudios donde mencionan que los internos que se encuentran reclusos en un establecimiento penitenciario ven la soledad y nostalgia como el peor padecimiento que puede atravesar una persona estando dentro de este ambiente y en caso de que tengan una red de soporte social permanente les proporcionara distintos instrumentos para que se puedan adaptar con mucha facilidad al ambiente penitenciario y conducir los estresores que esto conlleva (Maldonado, 2017), según los resultados correspondientes indica que la gran parte de internos e internas en el Establecimiento penitenciario de Quillabamba perciben que poseen un soporte social en nivel bajo, sin embargo, al hablar del grupo de mujeres internas se identificó que muestran un nivel alto de soporte social, en caso como este, se puede ver que las internas perciben por los integrantes de su familia y amigos una mayor ayuda, el cual las ayudan fuera, donde el apoyo



que reciben podrá ser más apreciada y valorada, la cual podría permitirles afrontar y acomodarse a su situación a la que están expuestas y que ya no sientan esa soledad y mantengan de una forma sana los lazos que dejaron fuera y de esta manera estas personas sentirán que son comprendidas, escuchadas y encaminadas a poder resolver cualquier situación difícil de manera concreta (Paz, 2011), que es procedente de una red integrada generalmente por los integrantes del grupo familiar. Es decir, que aquellas internas que pueden contar con un soporte social consolidado pueden afrontar eventos problemáticos de una forma más positiva. Mientras exista un soporte social firme, experimentaran muestras de aprobación, afecto y respeto que podrían disminuir la tendencia a poder deprimirse y subestimarse.

Por otra parte, en el grupo de varones internos se identificó que perciben un nivel bajo de soporte social, donde no visibilizan ni reconocen a personas y a grupos que les puedan auxiliar en un momento de afrontar situaciones y acontecimientos en condiciones adversas, como sucede en el grupo de mujeres, de esta manera perciben en menor intensidad el soporte de personas con los que tienen una relación familiar, amical, compañeros de trabajo o celda, o también de profesionales del establecimiento penitenciario, que en circunstancias de angustia que atraviesan estos internos, simbolizan por parte de estas personas una sensación de desinterés o abandono.

Asimismo, Alzugaray & García (2015) manifiestan que la presencia de un(a) compañero (a) sentimental es un componente muy importante para el bienestar de una persona, puesto que influyen la generación de otras personas originen relaciones positivas, donde también ayuden a que los eventos estresantes disminuyan sus efectos negativos (Alzugaray & Garcia, 2015), por consiguiente, estos internos e internas que perdieron la conexión con el mundo exterior y al querer preservar una relación con sus familiares, pareja y amistades, ayudan a que puedan



llevar situaciones de una forma favorable y de este modo puedan resolver circunstancias complicadas con mucha facilidad.

No obstante, es ineludible estimar que las visitas de los internos pasan por una gran cantidad de filtros, los horarios restringidos y las rigurosas medidas de seguridad, que en varias ocasiones acaban por perjudicar las visitas y la relación con los internos (Valverde, 1991). Teniendo en cuenta que las mismas restricciones se presentan en los evaluados del presente estudio.

Respecto a las estrategias de afrontamiento, se halló que la más utilizada por los internos e internas del Establecimiento penitenciario de Quillabamba, es acudir a la religión. Garland (2015) citado por (Del Solar, 2018), manifiesta que la religión dentro de un ambiente penitenciario desempeña un importante rol, donde busca el perdón a través de la religión, y esta se transforma en un soporte emocional para que pueda lidiar con los problemas que se presenta en el contexto y delibera que Dios y la religión forma un elemento fundamental en la existencia de la mayoría de las personas, de igual modo sucede dentro de un establecimiento penitenciario, donde el INPE desarrolla con ciertas instituciones religiosas convenios, las cuales en el proceso de rehabilitación de los internos procuran ser colaboradores ya sea realizando eventos religiosos, visitas, realizando retiros espirituales e inclusive invitando a que los sacerdotes visiten a los internos para confesarlos (CEAS, 2005). Esta circunstancia no conduce que este afrontamiento de acudir a la religión sea la más efectiva de las estrategias, ya que se estima que este tipo de estrategia es la menos favorable para poder resolver circunstancias estresantes (Litman, 2006), puesto que quizás, a que el poder y la resolución de situaciones difíciles están puestos en un objeto externo a una persona: una divinidad, la cual no cumple como un papel activo al estar frente a una situación.



Al analizar el grupo de mujeres internas las estrategias más utilizadas es la reinterpretación positiva, seguida de acudir a la religión, en cuanto a esta estrategia predominante, las personas se inclinan más por dar a una situación difícil un nuevo significado y reinterpretarlo este problema como una forma de resolverlo (Del Solar, 2018), lo cual para una persona resultaría satisfactorio. Incluso (Viñas, Gonzáles, Garcia, Malo, & Casas, 2015), menciona que los individuos que no muestran un buen bienestar, les cuesta más reinterpretarse positivamente. En situaciones de un establecimiento penitenciario, la experiencia de estar internado en este contexto, puede ser como una oportunidad nueva para las internas y así puedan pensar o meditar sobre lo ocurrido, poder decidir mejores alternativas de vida, planificar un plan, iniciar de nuevo y poder esperar el mejor momento para poder resolver su situación de conflicto, mientras que en el grupo de varones internos muestran las mismas estrategias de afrontamiento que las mujeres, sin embargo, la más representativa de este grupo es acudir a la religión seguida de la reinterpretación positiva.

Según el delito se identificó que, en los delitos de robo agravado, hurto agravado, TIA y otros presentan un nivel de soporte social alto, mientras que los delitos que reciben soporte social de nivel bajo son los de violación, homicidio seguido del delito TID con un puntaje que no muestra mucha diferencia entre el nivel bajo y medio, de esta manera estos delitos contra la vida, cuerpo y salud, excluyendo TID, son delitos de alta peligrosidad y de esta manera hacen que al ingresar a este establecimiento penitenciario reciban un cruel trato por los demás internos, pudiendo ser repudiados no solo por ellos, sino por la misma familia, y este actuar hace que se aíslen, muchas veces por el miedo a que puedan atentar contra su vida o el temor a poner en riesgo su integridad, especialmente en caso de los violadores, pese a ello los internos con estos delitos tienen muchas restricciones, en consecuencia, no presentan beneficios penitenciarios, que son los que promueven la resocialización, donde incluye: actividades



laborales y educativas, visitas familiares e íntimas y entre otros, la cual esto puede permitir reducir la pena en prisión, todo esto con una previa evaluación por el área de tratamiento. Y según las estrategias de afrontamiento se detectó que la estrategia de más uso en los internos e internas, de los delitos de TID, robo agravado, otros delitos y violación son de acudir a la religión, en tanto en los delitos de hurto agravado, homicidio y TIA, la estrategia predominante es la reinterpretación positiva.

Por otro lado, en cuanto al tiempo de reclusión, se identificó que los internos e internas que se encuentran menos de un año reclusos en el establecimiento penitenciario, reciben un soporte social de nivel alto y utilizan la estrategia de acudir a la religión seguida de búsqueda de apoyo social, es decir que el ingreso reciente de las personas a este ambiente hace que sus familiares y amistades contribuyan de una forma positiva con su bienestar psicológico y físico, por tanto logran tener más contacto con ellos, ya sea por el miedo de la convivencia con otros internos, donde sienten que puedan estar en peligro, la cual hacen todo lo posible para que se puedan sentir cómodos dentro del establecimiento aunque es casi incierto.

También se puede ver que los trabajadores del INPE, apoyan más a estas personas y les dan más facilidades y soporte, ya que el ingreso a este lugar es un cambio desagradable de un día para otro, donde dejan muchas cosas, su calidad de vida, sus familiares y ese cambio no es nada fácil para los internos e internas que recientemente se encuentran en este ambiente, la cual no tienen un tiempo idóneo para que se puedan adaptar, también no pueden asimilarlo su situación de estar internado y al estar actualmente encarcelado se puede considerar para los internos como algo perturbador (Altamirano, 2013), que en poco tiempo les es complicado de procesar su situación, por lo que muchos evitan ciertas cosas, dependiendo también del tipo de personalidad que presenta el interno, sin embargo muchos de ellos se inclinan hacia la religión, ya que lo ven como una forma de refugio emocional, de contención y apoyo por los



grupos religiosos que hay dentro de este establecimiento, pero a pesar de pertenecer a estos grupos, sin exceptuar la búsqueda de, ya sea a sus compañeros, a los técnicos y profesionales del INPE, pidiendo orientaciones y consejos acerca de su problema actual.

Y los que se encuentran entre un año y menos de tres años manifiestan un nivel bajo de soporte social y utilizan estrategias de búsqueda de soporte emocional y acudir a la religión, mientras que los internos e internas que se encuentran recluidos de 3 años a más en el establecimiento penitenciario presentan de la misma manera un nivel bajo de soporte social, pero en las estrategias de afrontamiento se encuentra como la más predominante la reinterpretación positiva, y la estrategia de acudir a la religión se sigue manteniendo presente. Por esta razón que, a mayor transcurso de tiempo dentro de un establecimiento penitenciario, los internos procuraran acomodarse a este internamiento mediante la reinterpretación de los estímulos de su círculo de vida, de una forma más conveniente y positiva, de esta manera, se puede hallar que los internos que tienen un largo tiempo de reclusión, se encontrarían inclinándose por una estrategia de afrontamiento más apropiada y conveniente para ellos, en comparación con los internos que recientemente son encarcelados, la cual podría deberse al proceso de acomodación a un nuevo contexto en el cual los internos llegan, donde paulatinamente comienzan a entender el movimiento del establecimiento penitenciario y de sus propios reglamentos.

Autores como Bermúdez-Fernández (2006) y Valverde (1991), citado por (Del Solar, 2018), mencionan que según el tiempo de reclusión que la facultad de poder solucionar situaciones difíciles se ve afectada y tomar decisiones, por la libertad de tiempo excesivo que pasan los internos, la cual puede resultar angustioso, promoviendo una desvaloración del autoconcepto y sensaciones de vacío. Sin embargo, el estar más tiempo recluido en este contexto, reciben algunos servicios que les ofrece el establecimiento penitenciario como:



estudio, trabajo, atenciones psicológicas y médicas, campañas gratuitas y entre otros, cuyo acceso es más común con los internos que se encuentran más tiempo dentro de este medio, a comparación con los que recién ingresan.

Finalmente, sobre la relación entre el soporte social y las estrategias de afrontamiento predominantes en los internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba, del análisis estadístico correlacional entre ambas variables, se encontró que no existe una relación significativa, lo que estaría determinado por la dispersión de evaluados en niveles de soporte social y estrategias de afrontamiento

### **5.2.Limitaciones del estudio**

En esta investigación la limitación fue la dificultad en el acceso a la población del establecimiento penitenciario, existiendo complicaciones en la gestión de permisos y generación de cronograma de evaluación teniendo en cuenta la naturaleza de la institución y la normativa restrictiva vinculada a procesos ejecutados en la institución. Por medidas de seguridad la dirección de Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, nos derivó a la ORSO al área de Tratamiento y Seguridad para solicitar las autorizaciones correspondientes, aceptaron la solicitud bajo las condiciones de aplicar los instrumentos en días y horas determinadas por el área de seguridad.

Por otro lado, a pesar de la posibilidad de generalizar los datos del estudio, teniendo en cuenta la existencia de una muestra de evaluación, no se podría considerar los resultados en una plena identificación y análisis de las variables en estudio para otros centros penitenciarios.

### **5.3. Comparación crítica con la literatura existente**

Maldonado (2017), realizó una investigación titulada: “Soporte Social y Afrontamiento en mujeres reclusas en un penal de Lima”, el puntaje más alto obtenido fue en el total de soporte social y la estrategia de soporte social instrumental, lo cual manifiesta la gran importancia que



tiene el soporte social en el afrontamiento que tengas para situaciones adversas y estresantes, los autores refieren la importancia de la presencia de familiares, amigos para acelerar los trámites legales, que les brinden útiles de aseo, o el simple hecho de recibir visita para reducir el estrés, en nuestra investigación el nivel de soporte es bajo porque están reclusos, sin embargo existe una diferencia en los internos e internas, en las internas es alto. Otro punto fue que halló un puntaje alto en relación a la estrategia de reinterpretación positiva, que de la misma manera en la presente investigación hallamos que uno de los más puntajes más altos de estrategia en los internos e internas es la reinterpretación positiva, en el estudio de Maldonado, menciona que en relación a las visitas que reciben las internas de dicho penal, les ayuda a tener mejores condiciones de vida dentro del penal haciendo que vean esas experiencias estresantes de manera positiva, recibiendo de alguna manera más bienestar y estabilidad, en el presente estudio, las internas tienen un soporte social alto lo que se podría decir que la población femenina perciben sus situaciones estresantes de manera más positiva, por ello tienen mejores posibilidades de utilizar o emplear estrategias de afrontamiento más favorables para lidiar con el estrés del proceso de encarcelación. Dentro del tiempo de reclusión en los resultados de Maldonado se halló que a menos tiempo de reclusión utilizan las estrategias de desentendimiento conductual y negación, mientras que en la presente investigación sale que a menos tiempo de reclusión el soporte social es mayor, por ello se podría decir que gracias al apoyo social recibido en los primeros años de reclusión tienen estrategias de afrontamiento positivas ayudándoles a lidiar de mejor manera el cambio que acontecen.

Malca & Sánchez (2016) en la investigación: "Soporte Social y Desesperanza en reclusas del penal de Chiclayo, 2015", obtuvieron resultados de soporte social en nivel medio en las internas del penal de Chiclayo, poniendo en evidencia que el apoyo es moderado en relación a las personas con quienes tienen algún parentesco familiar, amical, etc. Es extremadamente





importante para una exitosa reinserción y rehabilitación del interno saber que cuenta con el apoyo y afecto de su pareja e hijos (o familia, en caso no cuente con su pareja) (Malca & Sánchez, Soporte Social y Desesperanza en reclusas del penal de Chiclayo 2015, 2015). En el presente estudio se encontró que el nivel de soporte social es bajo en los internos e internas del Establecimiento Penitenciario de Quillabamba, de los evaluados, uno de los puntos importantes de un apoyo social es mejores condiciones de vida del interno e interna en el proceso de reclusión, y el factor fundamental para eso es el apoyo social que ellos perciben, si bien es cierto no cuentan con un apoyo social satisfactorio, por ello los internos pueden tener dificultades a la hora de afrontar el día a día mientras están reclusos.

En la investigación “Bienestar y Afrontamiento en internas de un penal de Lima Metropolitana” realizada por Del Solar (2018) y el estudio de Carranza (2017) “Satisfacción familiar y las estrategias de afrontamiento en adolescentes que se encuentran en conflicto con la ley penal del programa justicia juvenil restaurativa, Chiclayo” resaltaron en sus estudios que la estrategia más utilizada fue el afrontamiento religioso, algunos autores como Garland (2015) argumenta que la religión ejecuta un rol importante dentro del ambiente penitenciario, visto que los buscan internos un consuelo y un perdón en ella, y que por ello existe una posibilidad de que se convierta en un apoyo emocional para que sea un poco más fácil lidiar con las adversidades que se le presenten en el tiempo de reclusión. En la presente investigación también se demuestra que la estrategia acudir a la religión es la más empleada por los internos e internas concluyendo así que en este penal también encuentran un mayor refugio la religión, incluso los Establecimientos Penitenciarios dan accesibilidad a que las congregaciones o iglesias ingresen, a realizar eventos religiosos o sacerdotes para predicar, por ello los internos pueden formar parte de estas iglesias, entonces la religión siempre está presente en la dinámica del penal por ello es de esperarse que se refugien en ella.



Durand (2016) en su investigación “Estrategias de Afrontamiento en mujeres privadas de su libertad en el establecimiento penitenciario Potracancha – Huánuco”. Hallo los siguientes resultados, la estrategia de afrontamiento con puntaje más alto fue la reevaluación positiva, seguidamente se presenta con un puntaje medio las estrategias de confrontación, búsqueda de apoyo social, distanciamiento, aceptación de la responsabilidad, autocontrol, planificación y huida/evitación. En cuanto a la presente investigación la estrategia que se asemeja a sus resultados sería la reinterpretación positiva, teniendo casi el mismo significado de ver el lado positivo a pesar de las circunstancias en las que se encuentran, pero en la reinterpretación positiva se le agrega el aprendizaje que se obtiene.

#### **5.4. Implicancias del estudio**

Los resultados obtenidos en esta investigación permitirán el desarrollo de estrategias, así como la planificación o programación de actividades, brindándoles talleres de manera grupal, consejería, orientación, psicoeducación, de manera individual y establecer mejores escenarios de desenvolvimiento en el estado de reclusión que se encuentran.

Programación de actividades enfocadas en mejorar las estrategias de afrontamiento para disminuir el estrés en los internos e internas de la misma manera planificar más actividades que tengan que ver con el entorno familiar y amical de los internos e internas, y en la convivencia misma de los internos para mejorar sus redes de soporte social.



## CONCLUSIONES

**Primero:** De los resultados obtenidos, se afirma que no existe relación entre las variables soporte social y estrategias de afrontamientos en los internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018, por lo tanto, se puede concluir que el apoyo social percibido por dicha población no se asocia en las estrategias que desarrollen y empleen para afrontar las situaciones estresantes y/o dificultades.

**Segundo:** El nivel de soporte social en los internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018, muestra un nivel bajo, donde no perciben apoyo por personas allegadas a ellos, que simbolizan desinterés, de esta manera les es complicado afrontar su situación de estar recluso y son más propensos a poder deprimirse lo que les conlleva a sentir abandono.

**Tercero:** Las estrategias de afrontamiento en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018, muestra que la estrategia predominante es la de acudir a la religión seguida de la reinterpretación positiva, los internos e internas encuentran un mayor refugio en las actividades religiosas de esta manera sienten que pueden lidiar con las dificultades que se les presentan en su proceso de reclusión, en caso de la reinterpretación positiva, consideran que las dificultades y adversidad que pasan en su día a día es un aprendizaje más, viendo el lado positivo para poder continuar con su vida de una manera eficaz.



**Cuarto:** El soporte social en los internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018, según el delito, se concluye que los que presentan un nivel de soporte social alto son los de robo agravado, hurto agravado, TIA (tenencia ilegal de armas) y otros delitos, mientras que los que tienen nivel de soporte social bajo son los de homicidio, violación, seguido de TID (tráfico ilícito de drogas) donde se considera que los delitos que no son de gravedad o que no atentaron con la vida o la integridad de una persona tienen un soporte social alto, mientras los delitos homicidio y violación tienen un soporte social bajo, ya que son delitos de alta peligrosidad y de esta manera hacen que al ingresar a este establecimiento reciban un cruel trato por los demás internos, pudiendo ser repudiados no solo por ellos, sino por la misma familia, y este actuar hace que se aíslen, muchas veces por el miedo a que puedan atacar contra su vida o el temor a poner en riesgo su integridad, en caso de TID debido a que la mayoría transporta droga a otros lugares, y en la detención muchos de ellos se encuentran lejos de su hogar, por la misma lejanía o el hecho de no avisar que fueron detenidos, perciben un soporte social bajo.

**Quinto:** Las estrategias de afrontamiento más utilizadas en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018, según el delito, las estrategias más utilizadas de los delitos de TID, robo agravado, violación y otros son la de acudir a la religión, mientras que, en los delitos de hurto agravado, homicidio y TIA la estrategia de afrontamiento más utilizada es la reinterpretación positiva. En caso de los delitos la diferencia de las estrategias no es mucha, indistintamente del delito la estrategia más usada es acudir a la religión y la reinterpretación positiva.

**Sexto:** En cuanto al soporte social en los internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018, según el tiempo de reclusión, encontramos que los internos que se encuentran en aislamiento penitenciario de menos de un año presentan un nivel alto de soporte



social, mientras que los que se encuentran de un año a menos de tres años, de tres años a menos de cinco años y de cinco años a más, presentan un nivel de soporte social bajo, eso indica que las personas que tienen un ingreso reciente al establecimiento penitenciario tienen más apoyo social.

**Séptimo:** Según el tiempo de reclusión las estrategias de afrontamiento en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba 2018, que se encuentran reclusos menos de 3 años, la estrategia más predominante es acudir a la religión seguida de búsqueda de apoyo social y soporte emocional, mientras en los que están reclusos de 3 a 5 años, predomina la estrategia de reinterpretación positiva. Por último, en los reclusos de 5 años a más se mantiene predominante el acudir a la religión, seguida de reinterpretación positiva, a esto se le añade que los internos reclusos con un tiempo menor a 3 años también utilizan las estrategias de apoyo social y soporte emocional, por el mismo hecho de que el ingreso es reciente, se busca el apoyo para que el cambio de condiciones de vida no sean muy difíciles de lidiar, donde procuran adaptarse a esta situación mediante la reinterpretación de sus estímulos, de una manera positiva, inclinándose a una estrategia más apropiada y conveniente para ellos.



## RECOMENDACIONES

**Primero:** Se propone establecer procedimientos terapéuticos estructurados para mejorar las intervenciones individuales que se realizan por los profesionales del área de psicología y el área social, realizarlas de manera personalizada de acuerdo a las necesidades de los internos, más que a lo establecido por los Establecimientos Penitenciarios.

**Segundo:** Se recomienda en las visitas familiares que reciben los internos e internas, que se realizan dos veces por semana, se trabaje con charlas, actuaciones y entrevistas a los internos en conjunto con sus familiares, con el objetivo de mejorar y reforzar sus vínculos familiares y de ese modo se sientan más estables y seguros, de esta forma podrán emplear más apropiadamente las estrategias de afrontamiento para sus situaciones difíciles y adversidades que atraviesan dentro de este contexto penitenciario.

**Tercero:** Se sugiere al Establecimiento Penitenciario la incorporación urgente de profesionales psicólogo, asiste social y asistente legal al área de Tratamiento, con el objetivo de que los internos e internas tengan un tratamiento apropiado y logren una positiva reinserción social.

**Cuarto:** Se recomienda ofrecer a los psicólogos de los establecimientos penitenciarios capacitaciones en cuanto a diagnóstico psicológico, del mismo modo en terapias, como la terapia ocupacional con el objetivo de potenciar y mantener el bienestar físico, mental y social; terapia cognitivo conductual enfocadas en la ansiedad y depresión con el objetivo de identificar los pensamientos y acciones que influyen en los sentimientos y obtener un mayor control sobre los sentimientos; terapia mindfulness (TTG) con el principio terapéutico fundamental del abandono de la lucha contra los síntomas y en su lugar la reorientación de la vida.

**BIBLIOGRAFÍA**

- Alcoser, A. (2012). Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Área 17 del Cantón Durán. Guayaquil, Ecuador. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6004/1/TESIS%20DE%20GRADO%20Alexandra.pdf>
- Alonso, A., Menéndez, M., & Gónzales, L. (2013). *Apoyo Social: Mecanismos y modelos de influencia sobre la enfermedad cronica*.
- Altamirano, Z. (2013). *El bienestar psicológico en prisión: antecedentes y consecuencias (tesis doctoral)*. Universidad Autonoma, Madrid.
- Alzugaray , C., & Garcia, F. (2015). *Relaciones de pareja y bienestar psicológico*. Researchgate, 237-251. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/294891178\\_Relaciones\\_de\\_pareja\\_y\\_bienestar\\_psicologico](https://www.researchgate.net/publication/294891178_Relaciones_de_pareja_y_bienestar_psicologico)
- Aranda, C., & Pando, M. (2013). Conceptualizacion de apoyo social y las redes de apoyo social. *Revista IIPSI. Vol. 16 - N°1*, PP. 233 - 245.
- Arauco, M. (2015). Gerencia pública e institucionalidad en el Instituto Nacional Penitenciario de Perú. Obtenido de [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4\\_uibd.nsf/8D403D94FE583A470525802F00753CF8/\\$FILE/araupa.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/8D403D94FE583A470525802F00753CF8/$FILE/araupa.pdf)
- Barrera, M. (1986). Distinciones entre conceptos, medidas y modelos de apoyo social. *American Journal of Community Psychology*. 14(4), 413-445.
- Berdugo, I., Gómez, C., & Nieto, Á. (2001). El sistema penal y penitenciario peruano. Reflexiones politicos criminales. *America Latina Hoy: Revista de ciencias sociales*, 19-47. Obtenido de <http://www.acuedi.org/ddata/660.pdf>
- Bowlby, J. (2006). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Sexta Edicion: Morata.
- Brocos, C. (2016). Afrontamiento y Autoeficacia en Internas en un Establecimiento Penitenciario Modelo de Lima. Lima, Perú. Obtenido de [file:///C:/Users/Juan%20Diego/Downloads/BROCOS\\_DUDA\\_CAROLINA\\_AFRONTAMIENTO.pdf](file:///C:/Users/Juan%20Diego/Downloads/BROCOS_DUDA_CAROLINA_AFRONTAMIENTO.pdf)
- Cabrera, S. (2017). BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN USUARIOS DE UN PUESTO DE SALUD. Nuevo Chimbote, Perú. Obtenido de [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/400/cabrera\\_ss.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/400/cabrera_ss.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Carranza, Y. (2017). *Satisfacción familiar y las estrategias de afrontamiento en adolescentes que se encuentran en conflicto con la ley penal del programa justicia juvenil restaurativa, Chiclayo (tesis de pregrado)*. Obtenido de



- <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4621/Carranza%20Solis.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Casamayor, Y. (2018). *ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ACOSO ESCOLAR EN ADOLESCENTES DEL DISTRITO DE TRUJILLO*. Trujillo, Perú. Obtenido de [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/11260/casamayor\\_ly.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/11260/casamayor_ly.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Casullo, M. (1998). *Adolescentes en riesgo*. Buenos Aires: Paidós.
- Casullo, M., & Fernandez, M. (2001). *Estrategias de Afrontamiento en estudiantes adolescentes. Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología/UBA*.
- CEAS. (2005). *Comision episcopal de acción social*.
- Champi, S., & Mancha, L. (2015). *Satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento en internos del establecimiento penitenciario de Huancavelica, 2015 (Tesis de pregrado)*. Universidad Nacional de Huancavelica, Huancavelica, Perú. Obtenido de <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/443/TP%20-%20UNH.%20ENF.%200049.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Champi, S., & Mancha, L. (2015). *Satisfacción con la vida y Estrategias de afrontamiento en internos del Establecimiento Penitenciario de Huancavelica*. Huancavelica, Perú. Obtenido de <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/443/TP%20-%20UNH.%20ENF.%200049.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cohen, S. (2004). Relación social y salud. *American Psychologist*. 59 (8), 676-684. Obtenido de <http://www.psy.cmu.edu/~scohen/AmerPsycholpaper.pdf>
- Decreto Legislativo 654. (02 de Agosto de 1991). Código de ejecución penal. Perú. Obtenido de [http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4\\_uibd.nsf/0B3CF033481D48A205257E85005E541A/\\$FILE/00654.pdf](http://www2.congreso.gob.pe/sicr/cendocbib/con4_uibd.nsf/0B3CF033481D48A205257E85005E541A/$FILE/00654.pdf)
- Del Solar, Y. (2018). *Bienestar y Afrontamiento en internas de un penal de Lima Metropolitana (Tesis de pregrado)*. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Obtenido de [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/12768/DEL\\_SOLAR\\_CARDENAS\\_BIENESTAR\\_Y\\_AFRONTAMIENTO\\_EN\\_INTERNAS\\_DE\\_UN\\_PENAL\\_DE\\_LIMA\\_METROPOLITANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/12768/DEL_SOLAR_CARDENAS_BIENESTAR_Y_AFRONTAMIENTO_EN_INTERNAS_DE_UN_PENAL_DE_LIMA_METROPOLITANA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Durand, C. S. (2016). *Estrategias de Afrontamiento en mujeres privadas de su libertad en el Establecimiento Penitenciario Potracancha - Huanuco, 2016 (Tesis de pregrado)*. Universidad de Huanuco . Obtenido de <http://repositorio.udh.edu.pe/123456789/455>
- Durand, S. (2016). *Estrategias de Afrontamiento en mujeres privadas de su libertad en el Establecimiento Penitenciario Potracancha - Huanuco, 2016 (Tesis de pregrado)*. Universidad de Huanuco. Obtenido de <http://repositorio.udh.edu.pe/bitstream/handle/123456789/455/DURAND%20CORNEJO%2c%20SILVIA%20GUADALUPE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Everly, G. (1989). La serie plenum sobre estres y afrontamiento. Guía clínica para el tratamiento de la respuesta al estres humano. *Plenum Press*. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4613-0741-9>
- Folkman, S., & Lazarus, R. (1980). *Análisis de afrontamiento en una muestra comunitaria de mediana edad*.
- Frese, M. (1982). Socialización ocupacional y desarrollo psicológico: Una perspectiva de investigación de la psicología industrial. *Journal of Occupational Psychology*.





- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1997). *ACS Escalas de Afrontamiento para adolescentes*. Madrid: TEA.
- Gomez, R. (1994). *Estructura de Cambio en Psicoterapia Locus de Control. Soporte Social y Programación Neurolingüística*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Gottlieb, B. (1987). Utilizando el apoyo social para proteger y promover la salud. *Journal of primary prevention*.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Interamericana editores. Obtenido de [http://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20ta%20Edici%C3%B3n.pdf](http://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%20ta%20Edici%C3%B3n.pdf)
- Informe Defensorial N°154. (2011). El sistema penitenciario: componente clave de la seguridad y la política criminal, problemas, retos y perspectivas. Obtenido de <https://www.defensoria.gob.pe/modules/Downloads/informes/defensoriales/informe-154-FINAL.pdf>
- INPE. (2018). Quienes somos . Obtenido de <https://www.inpe.gob.pe/institucional/quienes-somos.html>
- Jorques, M. (2015). *Estrategias de Afrontamiento ante en cáncer de mama*. Valencia, España. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/71050771.pdf>
- Larrotta, R., Sánchez, L., & Sánchez, J. (2016). Niveles de autoestima y uso de estrategias de afrontamiento en un grupo de personas privadas de la libertad en un centro de reclusión de la ciudad de Bucaramanga / Colombia. *Informes Psicologicos, 16(1)*. Obtenido de <file:///C:/Users/USUARIO%20HP/Downloads/6480-13080-1-SM.pdf>
- Lazarus, R., & Folkman, J. (1985). If it Changes it Must a Process: A Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology, 48 (1)*: 150 - 170.
- Lemos, S., & Fernandez, J. (1990). *Redes de soporte social y Salud*. Psicothema. Obtenido de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=671>
- Litman, J. (2006). *El inventario de afrontamiento: dimensionalidad y relaciones con motivos de aproximación y evitación-rasgos positivos y negativos*. *Personality and Individual Differences, 41*, 273–284.
- Malca, C., & Sánchez, R. (2015). *Soporte Social y Desesperanza en reclusas del penal de Chiclayo 2015*. Chiclayo, Perú.
- Malca, C., & Sánchez, R. (2015). *Soporte Social y Desesperanza en reclusas del penal de Chiclayo, 2015*. (Tesis de maestría). Chiclayo, Perú. Obtenido de <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/221/TESIS%20MALCA%20-%20S%20C%20NCHEZ.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Maldonado, M. (2017). *Soporte Social y Estrategias de Afrontamiento en mujeres reclusas en un penal de Lima (Tesis de pregrado)*. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima. Obtenido de [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/10167/Maldonado\\_Carreras\\_Soporte\\_social\\_afrontamiento1.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/10167/Maldonado_Carreras_Soporte_social_afrontamiento1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Mamani, V. (2005). *La Cárcel: instrumento de un sistema falaz*. Buenos Aires: Lumen.
- Martín, D., Jiménez, P., & Fernandez, E. (2004). Estudio sobre la Escala de Estilos y Estrategias de Afrontamiento (E3A). *Revista Electronica de Motivación y Emoción, 3(4)*.
- Mercado, D. (2014). *Razones para vivir y Afrontamiento en mujeres privadas de su libertad (Tesis de pregrado)*. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Obtenido de



- [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5912/MERCADO\\_HEUDEBERT\\_DANIELA\\_RAZONES\\_VIVIR.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/5912/MERCADO_HEUDEBERT_DANIELA_RAZONES_VIVIR.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Nari, M., Fabre, A., Hauser, S., Calandra, N., Fraguas, N., & Friedman, J. (2000). *Encierro y resistencia en las cárceles de mujeres en Argentina*. Obtenido de <http://lasa.international.pitt.edu/Lasa2000/Nari.PDF>
- Ninapaitan, M. (2017). Estrategias de afrontamiento al estrés y tipos de discapacidad en padres de familia del CEBE Manuel Dato. Lima, Perú. Obtenido de [http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/504/Ninapaitan\\_Mayra\\_tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/504/Ninapaitan_Mayra_tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Ojeda, N. (2013). *"Carcel de mujeres". Una mirada etnografica sobre las relaciones afectivas en un establecimiento carcelario de mediana seguridad en Argentina. (Tesis doctoral)*. Universidad Nacional del centro de la Provincia de Buenos Aires., Buenos Aires, Argentina. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/soec/n25/n25a11.pdf>
- Paredes, R. (2005). *Afrontamiento y Soporte social en un grupo de pacientes con insuficiencia renal Cronica (Tesis de pregrado)*. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Obtenido de [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/420/PAREDES\\_CARRION\\_ROSARIO\\_AFRONTAMIENTO\\_SOPORTE\\_SOCIAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/420/PAREDES_CARRION_ROSARIO_AFRONTAMIENTO_SOPORTE_SOCIAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Paz, G. (2011). *Estudio Comparativo del Soporte Social en Adolescentes Trabajadores y no Trabajadores en un distrito de Lima (Tesis de pregrado)*. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Lima.
- Rambal, M., Madariaga, C., & Ibañez, M. (2014). Estudio sobre las estrategias de afrontamiento y el bienestar subjetivo, psicológico y social en mujeres internas en un centro de reclusión femenino del Caribe Colombiano (2012). *Revista Criminalidad*, 56(3), 45-57. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/crim/v56n3/v56n3a04.pdf>
- Ramirez, A., & Ramos, M. (2018). *Estrategias de Afrontamiento familiar en los liberados de la provincia de Huaura del Establecimiento de Medio Libre de Huacho, 2018 (Tesis de pregrado)*. Universidad Nacional Jose Faustino Sánchez Carrión, Huacho, Perú. Obtenido de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/2281/RAMIREZ%20ARELLANO%20ANDREA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ruiz, J. (2007). Síntomas psicológicos, clima emocional, cultura y factores psicosociales en el medio penitenciario. *Revista Latinoamericana de Psicología* 39 (3), 547-561. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80539308>
- Trianes, V. (2002). Niños con estrés. *Alfa Omega-Narcea*, 9-42.
- Valverde, J. (1991). *La Carcel y sus consecuencias: la intervención sobre la conducta desadaptada*. Madrid: Popular.
- Vera, M. (Abril de 2004). *La teoría del afrontamiento del estrés de Lazarus y los moldes cognitivos*. Obtenido de Los Moldes de la Mente, Psicología del pensamiento y de las emociones: <http://www.moldesmentales.com/otros/mar.htm>
- Viñas, F., Gonzáles, M., Garcia, Y., Malo, S., & Casas, F. (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.