

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO
BENEDICTO XVI

ESCUELA DE POSGRADO

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN
PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD



BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN
LAMBAYEQUE 2023

Tesis para obtener el grado académico de:

MAESTRO EN PSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN: PSICOLOGÍA
CLÍNICA Y DE LA SALUD

AUTORA

Br.. Deyli Ticlla Sánchez

ASESORA

Dra. Izquierdo Marín Sandra Sofía

<https://orcid.org/0000-0002-0651-6230>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Salud y bienestar

TRUJILLO- PERÚ

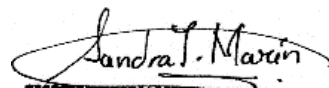
2024

Declaratoria de Originalidad

Señor Director de la Escuela de Posgrado: Dr. Jorge Luis Brenis Exebio

Yo, Dra. Sandra Sofía Izquierdo Marín con DNI N° 42796297, como asesor(a) de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN LAMBAYEQUE 2023, desarrollada por la bachiller: Deyli Ticlla Sánchez con DNI N° 73779142, del Programa de: MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CON MENCIÓN EN: PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD

Considero que dicha tesis reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de grados y títulos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de tesis de la Escuela de Posgrado. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.



Firma de la asesora

Autoridades universitarias

Exemo Mons. Dr. Héctor Miguel Cabrejos Vidarte, O.F.M.

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller de la Universidad

Católica de Trujillo Benedicto XVI

Dra. Mariana Geraldine Silva Balarezo

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

Vicerrectora académica

Dr. Jorge Luis Brenis Exebio

Director de la Escuela de Posgrado (e)

Dra. Ena Cecilia Obando Peralta

Vicerrectora de Investigación (e)

Dra. Teresa Sofía Reátegui Marín

Secretaria General

Dedicatoria

A Dios por permitirme culminar una meta más.

A mis padres por ser una fuente de soporte y fortaleza durante todo este proceso de aprendizaje, ya que cada paso que he dado ha sido respaldado por ellos, además de su incansable motivación y por inculcarme valores, principios y vocación de servicio.

Agradecimiento

Agradecer a los profesionales de la Dirección Regional Norte – Chiclayo del Instituto Nacional Penitenciario, Establecimiento Penitenciario de Chiclayo – Pisci y a los profesionales del área de tratamiento (psicología) por su aporte para que dicha investigación se realice. Del mismo modo agradecer a los internos del establecimiento penitenciario por el aporte brindado de manera voluntaria cuya finalidad fue contribuir a que la investigación se pueda concretizar de manera exitosa.

Agradecer a familiares y amigos, quienes me brindaron todo el soporte y apoyo incondicional durante el desarrollo de la maestría.

Declaratoria de autenticidad

Yo, Deyli Ticlla Sánchez, con DNI 73779142, egresada de la Maestría en: Psicología con mención en Psicología Clínica y de la Salud de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que he seguido rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Escuela de Posgrado de la citada Universidad para la elaboración y sustentación de la tesis titulada: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN LAMBAYEQUE 2023, la que consta de un total de 83 páginas, en las que se incluye 08 tablas, y 40 páginas en apéndices.

Dejo constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento corresponde a mi autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, garantizo que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de mi entera responsabilidad.

La autora



Bachiller. Deyli Ticlla Sánchez

DNI: 73779142

Índice

Declaratoria de Originalidad	ii
Autoridades universitarias	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento	v
Declaratoria de autenticidad	vi
RESUMEN	ix
ABSTRACT	x
I. INTRODUCCIÓN	11
II. METODOLOGÍA	22
2.1. Enfoque, tipo.....	22
2.2. Diseño de investigación	22
2.3. Población, muestra y muestreo	22
2. 4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos	24
2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información	25
2.6. Aspectos éticos en investigación.....	26
III. RESULTADOS	27
IV. DISCUSIÓN	34
V. CONCLUSIONES	36
VI. RECOMENDACIONES	37
VII. REFERENCIAS.....	38
ANEXOS	44
ANEXO 1: Instrumentos de recolección de la información	45
ANEXO 2: Ficha técnica	49
ANEXO 3: Operacionalización de variables	52
ANEXO 4: Carta de presentación.....	54
ANEXO 5: Carta de autorización emitida por la entidad que faculta el recojo de datos	55
ANEXO 6: Consentimiento informado	56
ANEXO 7: Matriz de consistencia	62
ANEXO 8: Validación de instrumentos	65
ANEXO 9: Imagen del porcentaje de Turnitin	82

Índice de tablas

Tabla 1	Interpretación del coeficiente de correlación de Spearman	27
Tabla 2	Nivel de bienestar psicológico en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque	27
Tabla 3	Nivel de afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque	28
Tabla 4	Pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov.....	30
Tabla 5	Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés	31
Tabla 6	Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado al problema	31
Tabla 7	Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción.....	32
Tabla 8	Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento.....	33

RESUMEN

El estudio tuvo como propósito determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. El tipo de estudio fue básico de enfoque cuantitativo y diseño no experimental y nivel correlacional. La muestra quedó constituida por 201 internos, a los cuales se le administraron la escala de bienestar psicológico y el cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés. Los resultados evidenciaron que, existe un nivel medio para bienestar psicológico (88,1%) y el afrontamiento al estrés (67,2%); asimismo, una relación directa y moderada entre el bienestar psicológico y las dimensiones del afrontamiento al estrés: enfocada en el problema ($p=0,00$; $\rho=0,479$) y a la emoción ($p=0,00$; $\rho=0,419$); mientras en otros estilos ($p=0,00$; $\rho=0,301$) la correlación fue baja. Finalmente, existe una relación estadísticamente significativa, positiva y moderada ($\rho=0,602$; $p=0,00$) entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en los internos. Se concluye, que si los niveles afrontamiento al estrés se incrementan también aumentará el bienestar psicológico en los internos de la muestra de estudio.

Palabras clave: afrontamiento al estrés, bienestar psicológico, instituto penitenciario

ABSTRACT

The study aimed to determine the relationship between psychological well-being and stress coping in inmates of a penitentiary institute in Lambayeque, 2023. The type of study was basic with a quantitative approach and a non-experimental and correlational level design. The sample consisted of 201 inmates, who were administered the psychological well-being scale and the stress coping styles questionnaire. The results showed that there is a medium level of psychological well-being (88.1%) and stress coping (67.2%); also, a direct and moderate relationship between psychological well-being and the dimensions of stress coping: problem-focused ($p=0.00$; $\rho=0.479$) and emotion-focused ($p=0.00$; $\rho=0.419$); while in other styles ($p=0.00$; $\rho=0.301$) the correlation was low. Finally, there is a statistically significant, positive, and moderate relationship ($\rho=0.602$; $p=0.00$) between psychological well-being and stress coping in the inmates. It is concluded that if stress coping levels increase, psychological well-being in the inmates of the study sample will also increase.

Keywords: psychological well-being, coping with stress, penitentiary institution

I. INTRODUCCIÓN

El panorama mundial de las instituciones penitenciarias sugiere la presencia de más de 10,2 millones de personas detenidas en prisión; donde una de las poblaciones carcelarias más numerosas es la ubicada en Estados Unidos con aproximadamente 2,24 millones de prisioneros. En el ámbito latinoamericano, se visualiza que, en los últimos 15 años, la cantidad de personas encarcelada han ido en ascenso, particularmente en Brasil con un 150%. Al respecto, se ha detectado la urgencia de abordar la situación de la salud mental en los centros carcelarios, identificándose que las personas privadas de su libertad (PPL), poseen mayor riesgo de desarrollar trastornos mentales debido a que el periodo de encarcelamiento implica una pérdida de libertades y oportunidades personales como el apoyo social, las relaciones interpersonales, el empleo y el estatus social. Además, nombrar condiciones físicas como la estrechez de la habitación que frecuentemente se vincula con una carencia de privacidad y violencia entre los reclusos (Bedaso et al., 2020).

A partir de lo descrito, podría inferirse que el bienestar psicológico de los internos en locales penitenciarios no sería el más apropiado al observarse las adversidades que enfrentan en dichos espacios; siendo una realidad distinguida en regiones como Escocia (Emily, 2021), aunque se menciona una variabilidad ya que, por ejemplo, era de nivel moderado en una prisión de Irán (Ghazanfari et al., 2023). Por otra parte, el bienestar psicológico podría comportar diferencias de acuerdo con variables como la edad de los reclusos. Por tal motivo, debe acotarse que, en un estudio realizado en España, concluyó que las puntuaciones eran más bajas para los más jóvenes dadas las menores capacidades para su regulación emocional; sin embargo, las diferencias no fueron significativas (Chiclana et al., 2019).

Así, es válido indicar la exposición al estrés de la población carcelaria puesto que, de conformidad con los datos estadísticos vigentes, casi uno de cada nueve reclusos padece de problemas comunes de salud mental como el estrés y se declara coherente estimar que el ambiente penitenciario representa una amenaza que genera un impacto para la salud física y la seguridad (Ansah et al., 2023). En ese contexto, ciertamente, los internos pueden desplegar estrategias de afrontamiento ante tales estresores, entre las que destacan aquellas basadas en la búsqueda de apoyo, la actividad personal en el afrontamiento de los problemas y la extracción de conclusiones, de respecto a las decisiones previas que se relacionan con una mejor calidad de vida como es el caso de Polonia (Skowroński & Talik, 2018). En contraste, el uso de afrontamiento de evitación se asocia con niveles más altos de estrés en los reclusos (Luke et al., 2021).

Ahora bien, concentrándose en la coyuntura nacional, se conoce según el Informe de Adjuntía N° 006-2018-DP/ADHPD, 2018, emitido por la Defensoría del Pueblo (2018), donde se denuncia un conjunto de falencias en el funcionamiento de los centros penitenciarios en materia del cumplimiento de los servicios fundamentales, cuyo objetivo consiste en la satisfacción de necesidades nutricionales, sanitarias, de seguridad, entre otras. Asimismo, se detectan deficiencias para la rehabilitación propicia de los reclusos a fin de su posterior reinserción social ya que la asistencia psicológica y educativa ofrecida no posibilita una adecuada cobertura; interpretándose que no se están garantizando las condiciones que se precisa lograr según el marco constitucional, cuestionándose el bienestar psicológico de las PPL.

Además, con referencia al afrontamiento del estrés percibido por la población penitenciaria, cabe comentar que no se dispone de informes estadísticos a gran escala en la temática; no obstante, en una investigación del año 2023, se evidenció que, en la institución penitenciaria de Lurigancho, el estilo de afrontamiento más recurrente es aquel focalizado en la tarea (27.4%). A pesar de ello, cuando efectuó un análisis que contempla su uso en función a las situaciones específicas, los participantes mantuvieron una posición dividida donde un 58% recurre a un afrontamiento orientado en la problemática y otro 58%, opta por estrategias centradas en las emociones (Tataje, 2023).

Por todo lo expuesto con anterioridad, se formuló la pregunta de estudio ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023?

Con respecto a la justificación teórica, el estudio buscó proporcionar información actualizada mediante la revisión de literatura científica, con el propósito de pueda representar un antecedente para futuros estudios, puesto que, a nivel nacional existen escasas investigaciones similares.

En torno a su relevancia metodológica, se empleó métodos e instrumentos con evidencia científica, además el estudio se enmarcó bajo un diseño no experimental con alcance correlacional, por el déficit de investigaciones de este tipo en nuestro medio.

A nivel práctico, los resultados del estudio fueron transmitidos a las autoridades del instituto penitenciario en Lambayeque para que puedan considerarlos en la implementación y ejecución de programas psicosociales que aborden las variables en cuestión. De esta manera, se contribuyó con el mejoramiento de la salud psicológica de los internos de dicho instituto penitenciario.

Finalmente, en relación a la justificación social, los beneficiados con la investigación fueron los internos del instituto penitenciario en Lambayeque, quienes pueden verse sometidos a situaciones aversivas como las dificultades con sus visitas de familiares, alimentación, riñas internas, entre otras; lo cual pueden propiciar problemas en el bienestar psicológico y en control de afrontamiento del estrés; por lo tanto, los internos deben adaptarse a este nuevo entorno, dejando sus prácticas diarias y el estilo de vida al que estaba habituados.

El objetivo principal investigativo fue explorar cómo se relaciona el bienestar psicológico con las estrategias de manejo del estrés en los reclusos de una prisión en Lambayeque durante el año 2023. Los objetivos detallados incluyen: determinar el nivel de bienestar psicológico de estos reclusos, identificar sus métodos preferidos para afrontar el estrés, y examinar cómo estas estrategias de afrontamiento, tanto centradas en la resolución de problemas como en el manejo emocional, se relacionan con su bienestar psicológico. Además, se busca entender la conexión entre el bienestar psicológico y otros enfoques de manejo del estrés en el contexto penitenciario de Lambayeque en 2023.

Existen escasos estudios a nivel internacional donde se aborden ambas variables de estudio, a continuación, se expondrán aquellas.

Prieto et al. (2020) estudiaron cómo los reclusos de una prisión en Colombia afrontan el estrés. Este análisis cuantitativo, descriptivo y transversal se realizó con 52 prisioneros, de entre 18 a 65 años de edad. Se utilizó el inventario desarrollado por Lazarus y Folkman para medir sus estrategias de afrontamiento. Los resultados revelaron que los estilos predominantes de afrontamiento entre los internos eran el enfocado en la fantasía (1.9%) y el centrado en la solución de problemas (1.75%), utilizados para manejar las realidades de la vida en prisión y los retos cotidianos.

Arévalo y Mejía (2018) investigaron la relación entre cómo las mujeres encarceladas en Ecuador perciben el estrés y su uso de estrategias de afrontamiento. El estudio, de naturaleza cuantitativa, correlacional y transversal, no experimental, incluyó a 59 reclusas con edades entre 18 y 67 años. Utilizaron las escalas de estrategias de afrontamiento espiritual de Baldacchino y de percepción global del estrés de Cohen para recopilar datos. Hallaron que el nivel promedio de estrés en las participantes fue moderado ($M=25.76$) y que la forma predominante de afrontamiento espiritual era no religiosa, a pesar de que el 76.3% se identificaban como católicas. Además, no encontraron una correlación significativa

($p>0.05$) entre las variables estudiadas. Por lo tanto, concluyeron que la percepción del estrés en estas mujeres no está vinculada al empleo de estrategias espirituales de afrontamiento.

Rambal et al. (2014) investigaron la relación entre las estrategias de afrontamiento y los aspectos del bienestar en reclusas de una prisión en Colombia. Participaron en el estudio 26 internas, cuyas edades variaban de 19 a 57 años, y se les aplicó la escala de bienestar subjetivo junto con un cuestionario de estrategias de afrontamiento. Los hallazgos revelaron una correlación significativa ($r=$, $p<0.05$) entre las variables estudiadas. En particular, se encontraron vínculos entre ciertas dimensiones del bienestar psicológico y la estrategia de afrontamiento conocida como la espera ($p<0.05$). La conclusión del estudio fue que, en el contexto penitenciario, aún existen obstáculos y limitaciones que afectan el derecho de las reclusas a una adecuada salud física y mental.

Como antecedentes nacionales, Tataje (2023) llevó a cabo un estudio para identificar los estilos de afrontamiento al estrés en reclusos de una cárcel en San Juan de Lurigancho. Esta investigación, de carácter cuantitativo, descriptivo y transeccional, y no experimental, incluyó a 288 presos. Utilizando el inventario multidimensional de estimación del afrontamiento, descubrió que el estilo de afrontamiento centrado en el problema era el más común entre los internos (27%). Además, observó que, en función de la situación jurídica de los reclusos, el estilo centrado en las emociones era predominante, con un 59.5% de los internos en proceso utilizando este método en circunstancias específicas. La conclusión de Tataje fue que el afrontamiento centrado en el problema es la estrategia más utilizada por los reclusos de la institución penitenciaria de San Juan de Lurigancho.

Oscoco y Perez (2021) exploraron cómo el bienestar psicológico se relaciona con las estrategias de manejo del estrés en los reclusos de una prisión en Andahuaylas, Apurímac. Su estudio, de carácter descriptivo y correlacional y sin experimentación, involucró a 219 internos. Se les aplicaron la escala de bienestar psicológico y un cuestionario sobre las formas de afrontar el estrés. Los resultados mostraron que un 83% de los internos presentaba nivel bajo de bienestar psicológico. Además, un 92% utilizaba estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, especialmente en relación con situaciones específicas. Hallaron una correlación positiva y muy significativa entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento, incluyendo el enfocado en el problema ($r= 0.791$, $p=0.018$), en la emoción ($r= 0.735$, $p=0.023$) y otros estilos ($r= 0.959$, $p=0.003$). Concluyeron que un mayor bienestar psicológico se asocia con un mejor manejo del estrés en los reclusos de Andahuaylas.

Benites (2020) investigó cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento al estrés con el bienestar psicológico en reclusas de un centro penitenciario en Trujillo, La Libertad. La investigación, no experimental y correlacional, incluyó a 85 reclusas de entre 18 y 60 años. Mediante el uso del inventario de respuestas de afrontamiento para adultos y la escala de bienestar psicológico, se encontró una correlación significativa entre estas variables ($r=0.35$, $p<0.001$). Benites concluyó que, ante la falta de estrategias efectivas de afrontamiento al estrés, las reclusas tienden a buscar soluciones. Además, observó una disminución en el bienestar psicológico, lo cual se manifiesta en sentimientos de tristeza y una falta de motivación.

Lizarraga (2020) realizó un estudio para analizar la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento al estrés en reclusos de una prisión en el Callao. Este estudio correlacional incluyó a 421 internos, donde el delito más común fue el robo agravado (43.5%). Se emplearon las escalas de bienestar psicológico y de modos de afrontamiento al estrés. Lizarraga descubrió que un 71.3% de los prisioneros mostraron un alto nivel de bienestar psicológico y que el estilo de afrontamiento más común fue el enfocado en la emoción ($M=14.48$). También halló una correlación significativa entre estas dos variables ($r= 0.791$, $p=0.000$), así como entre el bienestar psicológico total y las dimensiones del afrontamiento al estrés: enfocado en el problema ($r= 0.682$, $p=0.000$), en la emoción ($r= 0.777$, $p=0.000$) y otros estilos ($r= 0.562$, $p=0.000$). Concluyó que un mayor bienestar psicológico se asocia con un mejor afrontamiento al estrés en los internos del penal en el Callao.

Rubio (2019) exploró la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento al estrés en reclusos condenados por delitos contra el patrimonio en una prisión en Tarapoto, San Martín. Este estudio correlacional incluyó a 140 internos, a los cuales se les suministró las escalas de modos de afrontamiento al estrés y de bienestar psicológico. Rubio encontró una correlación positiva, aunque débil y significativa ($r= 0.253$, $p=0.011$), entre estas variables. Sin embargo, observó que el estilo de afrontamiento enfocado en el problema no mostró relación significativa con el bienestar psicológico ($r= 0.464$, $p=0.074$). La conclusión fue que un mayor uso de estrategias de afrontamiento al estrés se asocia con un mejor bienestar psicológico entre los participantes.

El bienestar psicológico ha sido estudiado ampliamente desde diferentes campos, entre ellas en especial por la psicología, en este sentido, su abordaje nos aproxima desde un enfoque de salud mental, lo cual se opone al estudio tradicional donde se le enmarcaba en lo

patológico (Ryff & Keyes, 1995). Asimismo, a este constructo suele confundirse con las variables como calidad de vida o la salud mental (Cardoso et al., 2020). Su conceptualización es compleja, sin embargo, en la bibliografía actual indican dos corrientes para estudiarla: la hedónica y la eudamónica (Ryan & Deci, 2001).

La primera referida al bienestar subjetivo, es decir el último objetivo de la persona es obtener placer y felicidad, evitar el dolor y la experiencia de sensaciones positiva, se reconoce la satisfacción vital; destaca el componente emocional (placer y displacer) y el cognitivo (formulación de juicios de valor). La segunda, centrada en el bienestar psicológico, donde el bienestar no solo se basa en la felicidad, sino que incluye al desarrollo individual como un dominio de las habilidades personales y la formación del propio potencial, es decir, en la consciencia plena de las potencialidades y capacidades para dar solución a las exigencias de nuestro contexto (Jurado et al., 2017).

La presente investigación se basó en la definición desde la segunda perspectiva, es decir, la valoración del bienestar eudamónico, el cual fue estudiado por Ryff & Keyes (1995). Esta concepción considera el bienestar eudaimónico como un esfuerzo activo de la persona para alcanzar su máximo potencial, vinculado estrechamente con el propósito de vida. Implica asumir desafíos y esforzarse para superarlos y cumplir metas establecidas. Además, este enfoque trasciende la mera estabilidad emocional o la ausencia de malestar, enfocándose en un concepto multidimensional del bienestar. Según esta visión, un individuo con un bienestar psicológico adecuado habría realizado previamente una autoevaluación sobre varios factores, como relaciones saludables, crecimiento personal, propósito de vida e independencia, los cuales impactan significativamente en su vida (Chapoñan, 2021).

Diversas teorías han abordado el tema del bienestar psicológico. Una de ellas es la teoría universalista, propuesta por Diener et al. (1985), que sostienen que las personas logran un bienestar psicológico óptimo al alcanzar sus metas personales y satisfacer sus necesidades básicas a lo largo de las diferentes etapas de su vida. Por otro lado, Ryan et al. (1996) identificaron tres necesidades básicas universales: competencia, relaciones y autonomía. Argumentaron que la satisfacción de estas necesidades permite que, con el tiempo, las expectativas de los individuos se alineen con su realidad percibida. En esencia, ambas teorías enfatizan que alcanzar un bienestar psicológico superior implica cumplir con las necesidades más profundas del ser humano, como la autonomía y el crecimiento personal.

Asimismo, la teoría de adaptación postula que es fundamental la adaptación para comprender la felicidad, además los sistemas reaccionan a los cambios de adaptación del

entorno, se consideran adaptativos cuando permiten al individuo reaccionar a estos cambios y, paralelamente, aminorar la repercusión que esos acontecimientos puedan generar. Por ende, las habilidades y competencias de cada individuo facilitarían la adaptación a su contexto, y con ello mantener sanas relaciones interpersonales (Fredrick y Loewenstein, 1999, citado en Castro, 2009). Se han realizado correcciones al modelo, donde se indica que las personas no retornan a un estado neutro, es decir, que su bienestar psicológico precedente es favorable, lo cual puede modificarse de acuerdo con las características individuales como el temperamento y personalidad (Diener & Lucas, 1999). En otras palabras, es regulable en función de los acontecimientos y diverge de conformidad con la modalidad de evaluación del bienestar psicológico, se observa mayor estabilidad del afecto negativo respecto del positivo, lo cual es respaldado por los recientes estudios, los cuales reportaron que, las personas no logran adaptarse a todas las circunstancias (Easterlin, 2005).

Finalmente, el modelo multidimensional de bienestar psicológico, desarrollado por Carol Ryff, sugiere que este resulta de enfrentar efectivamente los eventos estresantes, preparando al individuo para las demandas y desafíos de la vida (Ryff & Keyes, 1995). Además, el presentar metas personales y proyectos logrados, propiciará una satisfacción y bienestar, porque la persona evidencia un conformismo con su vida (Ryff, 1989). Para una comprensión más profunda del bienestar psicológico, es crucial considerar dos componentes: el cognitivo, que se refiere a la satisfacción con la vida, y el emocional, asociado con la felicidad. Este marco teórico incluye seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósitos en la vida y crecimiento personal (Ryff, 1989).

Ryff (1989) propone seis dimensiones, a continuación, se expondrán cada una de ellas:

Autoaceptación: Es la percepción de las propias acciones, sentimientos y motivos, es decir, es la cualidad que permite que la persona pueda identificar, aceptar y reconocer, tantos los aspectos positivos y negativos, lo cual favorece en el aprendizaje y el desarrollo de las habilidades, generando una sensación de bienestar mayor (Luch, 2002).

Relaciones positivas con otros: Se refiere a la confianza mutua y la empatía, en otras palabras, es la habilidad que la persona ha desarrollado y evidenciado para establecer relaciones interpersonales mediante la empatía y el adecuado vínculo (Ryff & Singer, 2006).

Autonomía: Competencia para sostener la independencia e individualidad en distintos contextos para resistir a la presión de la sociedad, en otras palabras, es la disposición que

favorece a las personas para la toma de decisiones sin experimentar miedo o angustia, por lo que las personas puedan opinar (Ryff & Singer, 2006).

Dominio del entorno: Es la capacidad seleccionar y forjar entornos oportunos destinados a satisfacer necesidades y metas. Es decir, implica el poder de controlar los eventos del entorno, así como tener la capacidad de generar situaciones y oportunidades en base a ello (Ryff & Singer, 2006).

Propósitos en la vida: Indica establecer metas a corto a largo plazo y la delimitación de objetivos en aras del encauzamiento de la vida, lo cual tiene relación por las experiencias previas, que brinda un significado a cada una de las actividades que se realizan (Benites, 2020).

Crecimiento personal: Es la dedicación a la realización del potencial personal, es decir, es la motivación que evidencia el individuo para continuar con su proceso de desarrollo en los diferentes ámbitos: personal, profesional y social (Benites, 2020).

Desde una óptica evolutiva, en el transcurso de la historia de la humanidad han sido seleccionadas ciertas conductas que incrementarían la probabilidad de la conservación de la especie humana; siendo transmitidas generacionalmente a través del código genético. En concordancia con la premisa, el estrés es una de tales respuestas naturales del organismo que engloban cambios fisiológicos y motores frente a un acontecimiento que es interpretado como una amenaza a la supervivencia, de manera que conlleva y facilita una pronta adaptación en favor de asegurar la continuidad del desenvolvimiento eficaz del individuo en términos de su quehacer cotidiano (O'Connor et al., 2020).

Dicho esto, el afrontamiento al estrés se conceptualiza como el conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivos destinados a proporcionar una respuesta satisfactoria a las exigencias tanto internas como externas que constituyen amenazas contra el bienestar personal (Cerea et al., 2021). El afrontamiento del estrés, típicamente, involucra dos categorías de estrategias de enfoque y estrategias evasivas, que también son catalogadas como estrategias activas y estrategias de desconexión, respectivamente (Freire et al., 2020).

Principiando por la primera modalidad, comprende mecanismos conductuales y cognitivos orientados a reacciones activas ante los estresores a efecto de modificarlos. En el caso de las estrategias evasivas, involucran también los elementos del anterior, aunque su propósito varía puesto que se centra en la evasión del hecho estresante a partir de distracciones, ilusiones o negación (Freire et al., 2020).

De acuerdo con lo revisado en la literatura actual en torno al afrontamiento al estrés, se ha identificado su utilidad frente a acontecimiento que estimulan las sensaciones de estrés e incertidumbre; pudiendo variar el efecto según el tipo de estrategia empleada. Por ejemplo, si se trata de un afrontamiento positivo, engloba la realización de ejercicios físicos, el soporte social, la aprobación cognitiva y el optimismo; aunque, por otro lado, también se puede recurrir a un afrontamiento desadaptado como el uso de sustancias psicoactivas y comportamientos parasuicidas (Ogueji et al., 2022).

Ahora bien, se clasifica las estrategias en activas y evitativas, las activas coadyuvan con la superación del estrés y en el retorno al estado psicológico deseado; conllevando consecuencias favorables para la salud y la calidad de vida. Caso contrario con las estrategias de evitación que encierran conductas problemáticas porque no implican la resolución directa del conflicto, sino que, por el contrario, se relacionan con efectos perjudiciales para el organismo y que pueden agravarse conforme se avance en el tiempo (Fu et al., 2020).

La investigación se enmarcó bajo dos teorías: El modelo transaccional del estrés, el cual se trata de una propuesta teórica postulada por dos autores: Lazarus y Folkman en la década de 1980; proporcionando una tentativa explicativa que subyace al surgimiento del estrés. Esta alude a la presencia e interacción de ciertos factores denominados como procesos evaluativos individuales que se hallan implicados ante las circunstancias estresantes. De este modo, cuando el sujeto confronta los agentes estresores, su examinación posee como criterio su relevancia, siendo una evaluación primaria y los recursos de los cuales dispone en el momento, tipificándose como una evaluación secundaria) (Obbarius et al., 2021).

Por consiguiente, el fenómeno del estrés se califica como un producto procedente de la interacción entre un individuo y su ambiente, que es percibido por la persona como importante para su estado psicológico. Al respecto, Lazarus hizo alusión al estrés en sus inicios, alegando que las cargas generadas por el suceso superan a los recursos con los que cuenta el sujeto. Por ello, el afrontamiento logra dos funciones básicas: a) la regulación de la emoción que suscita perturbación; b) redireccionar la conducta con miras a implementación una solución frente a la dificultad percibida. En ese sentido, se puede modificar la interacción del individuo con su ambiente (Rogowska et al., 2021).

Asimismo, teoría de afrontamiento propuesta por Parker y Endler clasifica los estilos de manejo del estrés en tres categorías principales: i) orientado a la tarea, ii) a la emoción, y iii) a la evitación. En esta teoría, el afrontamiento orientado a la tarea, también conocido como enfocado en el problema, se caracteriza por la implementación intencionada de

estrategias destinadas a resolver un conflicto. Esto se logra mediante el abordaje cognitivo del problema o la minimización de sus efectos. Por otro lado, el segundo, tipo, que respecta a un afrontamiento enfocado en la persona, demanda de la aplicación de estrategias que pueden abarquen respuestas emocionales y reacciones fantasiosas (Stanisławski, 2019).

Por último, el tercer tipo que es el afrontamiento por evitación corresponde a una modalidad híbrida ya que comporta la utilización de los dos estilos descritos con antelación. Dicho de otro modo, cuando el componente de la evitación que apunta a la tarea se concibe como distracción; mientras que aquel centrado en la persona, involucra el entretenimiento social. Por tanto, la evitación concierne al reemplazo de las actividades o eventos que suponen estrés por unas conductas alternativas que desvíen el foco atencional a uno más llevadero (Saeedi et al., 2023).

La medición de las estrategias de afrontamiento al estrés se realizó considerando las distintas dimensiones: estilos de afrontamiento orientados al problema, centrados en la emoción, y otros tipos. Estas categorías se explican con mayor detalle en los párrafos siguientes:

Estilos de afrontamiento enfocados en el problema: Se define como aquellas estrategias que se encaminan a la ejecución de comportamientos eficaces en tanto contribuyan con un ajuste socioemocional más acorde al contexto específico donde se desenvuelve el sujeto al encarar eventualidades estresantes durante un periodo de corto y largo plazo. Tal dimensión encierra al afronte activo, la planificación, la supresión de actividades competentes, la postergación del afrontamiento y la búsqueda de apoyo social instrumental (Gonçalves et al., 2019).

Los estilos de afrontamiento enfocados en la emoción se distinguen por ser, generalmente, menos efectivos que los mencionados anteriormente, ya que pueden tener repercusiones negativas en la consecución de metas personales y en el bienestar individual a largo plazo. Este enfoque de afrontamiento incluye tácticas como la búsqueda de apoyo social emocional, la aceptación, la reinterpretación positiva y el desarrollo personal, el recurso a la religión y el análisis de emociones (Chacaliaza, 2020).

En otros estilos de afrontamiento, se incluyen estrategias que son menos comunes y se centran en desviar la atención de la situación causante del estrés. Dentro de este grupo se encuentran: i) la negación, ii) el abandono del afrontamiento conductual o la adopción de conductas inapropiadas, y iii) la renuncia al afrontamiento a nivel mental, o la distracción (Jacobs & Carver, 2020).

Se formuló como hipótesis general: Hay una conexión importante entre el bienestar psicológico y las estrategias de manejo del estrés en reclusos de una prisión en Lambayeque en el año 2023. Como hipótesis específicas planteadas incluyen: H1: Se observa una relación significativa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en el problema entre los internos del instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. H2: Existen diferencias significativas en la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento centrado en la emoción en reclusos de la misma prisión. H3: Hay una correlación significativa entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento en los internos de esta institución penitenciaria en Lambayeque, 2023.

II. METODOLOGÍA

2.1. Enfoque, tipo

Esta investigación se desarrolló dentro del enfoque cuantitativo, donde los fenómenos o variables serán medidos con instrumentos estandarizados y confiables, este enfoque permitió que se puedan realizar análisis de información y comprobar hipótesis (Hernández y Mendoza, 2018). Asimismo, fue de tipo básica como lo describe Bunge (2000) este tipo de investigación busca la obtención del conocimiento enfocado a un sector específico de estudio incrementando así el saber humano, resalta por la generación de conocimiento teórico y conceptual sin la búsqueda necesaria de la aplicación. Se guía del interés, curiosidad y creatividad.

2.2. Diseño de investigación

El diseño del estudio fue el no experimental esto dado que el investigador no pretendió realizar manipulación de las variables de investigación, obteniendo así información de estos fenómenos tal y como se dan en su entorno natural para posteriormente realizar su análisis respectivo, además este diseño permitió comparar y asociar variables sin realizar intervención en ellas. Asimismo, este estudio fue transversal porque la información que se recolectó con ayuda de los cuestionarios fue obtenida en un solo tiempo (Hernández y Mendoza, 2018).

También, perteneció al nivel correlacional puesto que se pretende establecer la relación entre las variables de estudio, es decir cómo puede variar una respecto a la otra. Es necesario señalar que la correlación no implica causalidad (Hernández y Mendoza, 2018).

2.3. Población, muestra y muestreo

Hernández y Mendoza (2018) indican que la población refiere a un conjunto de casos que tienen en común determinadas especificaciones. Esta población puede estar formada por personas, objetos, etc. y para el caso de este estudio estuvo comprendida por un total de 420 internos de un instituto penitenciario en Lambayeque.

La población de estudio tuvo los siguientes criterios:

Criterios de inclusión:

Internos de 18- 60 años

- Internos que estén reclusos en un establecimiento penitenciario como mínimo 6 meses
- Internos que sepan leer y escribir
- Internos que acepten participar voluntariamente en el estudio

Criterios de exclusión:

- Internos que no hayan aceptado ni firmado el consentimiento informado
- Datos sociodemográficos incompletos
- Internos que no hayan completado todas las pruebas
- Más del 10% de preguntas omitidas.

Respecto a la muestra, al ser un subconjunto que proviene de la población, una parte más reducida, pero que contienen las mismas características de la población, es importante determinar el tamaño mínimo necesario, para ello se recurrió a la siguiente fórmula:

$$= \frac{z^2 p \cdot q \cdot N}{E^2(N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Donde:

n = tamaño de la muestra a determinar

N= Total de la población.

Z = Responde al valor de la confianza en un valor estándar relacionado al nivel de confianza (95%) por lo que este valor Z es igual a 1.96.

E = Viene a ser el error permitido e igual al 5% o 0.05;

p y q = 0.05

Reemplazando:

$$n = \frac{1.96^2 * 0.5 * 0.5 * 420}{0,05^2(420 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 201$$

La muestra estuvo representada por 201 internos de un instituto penitenciario en Lambayeque.

El muestreo fue probabilístico aleatorio, donde a cada interno se le asignó un número del 1 al 420, luego se empleó el software R para seleccionar los números de aquellos internos que participaran del estudio siendo un total de 201. La muestra incluyó a los internos seleccionados. Así, se garantizó que todos los internos tengan la misma probabilidad de ser elegidos.

2. 4. Técnicas e instrumentos de recojo de datos

Para este estudio se utilizó la encuesta como técnica.

Escala de Bienestar Psicológico. El instrumento fue construido originalmente por Ryff & Keyes en el año 1995 en Estados Unidos, cuya versión en español lo realizó Díaz et al. (2006), siendo adaptado en nuestro medio por Pérez en el año 2017. La administración puede ser individual como colectiva, dirigida a adolescentes y adultos de ambos sexos, con un nivel de cultura mínima para comprender las instrucciones y enunciados. El tiempo de duración de la aplicación del instrumento es de 20 minutos aproximadamente. Cuenta con una escala de tipo Likert con 6 alternativas de respuesta, donde 1= totalmente desacuerdo y 6= totalmente de acuerdo; cabe indicar que existen ítems inversos (17,23,15,26,21), donde la puntuación sería (1=6) y (6=1). Está conformado por 39 ítems, divididos en 6 dimensiones, los cuales son: autoaceptación (9), relaciones positivas (6), autonomía (10), dominio del entorno (6), propósito de la vida (4) y crecimiento personal (4).

La escala originaria contó con diversas modificaciones puesto que al inicio se estableció 6 dimensiones con 80 ítems cada una. Posteriormente, todos los reactivos fueron evaluados en relación de su ambigüedad y su ajuste a la definición de la escala, mediante un estudio piloto con 321 adultos. Por ello, el instrumento al final estuvo conformado por 20 ítems por dimensión.

Por la extensión del número de reactivos se han realizado adaptaciones para el idioma castellano, como lo efectuaron Díaz et al. (2006) en una muestra de 467 personas con edades oscilantes entre 18 y 72 años en España. Para determinar la validez, los autores realizaron análisis factorial confirmatorio, para ello se plantearon 6 modelos teóricos distintos, encontraron que la escala es aplicable para diversos contextos como empresas, comunidades, psicoterapia, etc. Mientras la confiabilidad por consistencia interna arrojó coeficientes alfa de Cronbach aceptables con valores comprendidos entre ($\alpha=0.71$) y ($\alpha=0.83$), y excepción de la dimensión crecimiento personal ($\alpha=0.68$). Asimismo, en la presente investigación se realizó la validación por juicio de expertos, donde los expertos indicaron que el instrumento

es aplicable y además es excelente en relación a la congruencia, amplitud de contenido, redacción, claridad, precisión y pertinencia de ítems (Véase anexo).

Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés. El instrumento fue construido originalmente por Carver et al. en el año 1989, siendo adaptado en nuestro medio por Casuso en el año 1996. La aplicación puede ser individual como colectiva, dirigida a adultos de ambos sexos. El tiempo de duración de la aplicación del cuestionario es 15 a 20 minutos aproximadamente. La prueba está compuesta por 52 reactivos distribuidos en tres dimensiones y son los estilos de afrontamiento del estrés enfocados al problema (20), aquellos enfocados a la emoción (20) y otros estilos (12). Tales ítems pueden ser puntuados en función a una escala dicotómica donde “Sí” vale 1 y “No”, 0.

En torno a las propiedades psicométricas originales, Carver et al. (1989) realizó un estudio a 978 universitarios. Con respecto a la confiabilidad, mediante la consistencia interna reportó índices alfa de Cronbach entre valores de ($\alpha=0.45$) hasta ($\alpha=0.92$). Además, las mediciones test-retest arrojaron rangos entre 0.46 y 0.86 a las 8 semanas. En torno a la validez de constructo emplearon el análisis factorial por rotación oblicua, que arrojó 11 factores con valores eigen superiores a 1 y adecuadas cargas factoriales.

En nuestro medio el cuestionario fue adaptado por Casuso (1996) realiza una adaptación en una muestra de 187 universitarios, reportó que en cuanto a su confiabilidad por consistencia interna arroja coeficientes alfa de Cronbach aceptables para los estilos enfocados en el problema ($\alpha=0.68$), centrados en la emoción ($\alpha=0.75$), y para los otros estilos ($\alpha=0.77$). Mientras que la validación de constructo mediante el análisis factorial exploratorio con una rotación varimax que arrojó 13 escalas con valores eigen superiores a 1 y adecuadas cargas factoriales (citado en Cassaretto y Perez, 2016), se tomó la adaptación de Casuso (1996) para este estudio (Véase anexo).

2.5. Técnicas de procesamiento y análisis de la información

Se realizó la toma de los datos mediante la encuesta, la información fue trasladada a una tabla de datos en una base de Excel 2016. En esta la información fue ordenada por cada variable y dimensión correspondiente. Luego de ello se exportó la información al software SPSS v25 donde se realizó el análisis estadístico.

Dicho análisis en primer lugar se desarrolló de manera descriptiva donde se emplearon las frecuencias y porcentajes para describir las respuestas de los internos. En segundo lugar, se procedió con el análisis inferencial, donde se debió tener algunas

consideraciones para desarrollar un análisis fiable. Las variables, así como las dimensiones a relacionar (aquellas expuestas en las hipótesis de investigación) fueron sometidas a una prueba estadística llamada prueba de normalidad, esta permitió clasificar a las variables y dimensiones como normales o no. En caso un par de variables (ambas) posean distribución normal, se procedió con el cálculo de la correlación de Pearson y en caso de que alguna de las variables no sea normal o ambas se procedió con el cálculo de correlación de Spearman. En ambos casos se trabajó con un nivel de significancia estadística del 5%, siendo este porcentaje el que nos permitió decidir si las hipótesis son estadísticamente significativas o no. Todos los resultados fueron presentados en tablas.

2.6. Aspectos éticos en investigación

Con el fin de salvaguardar la privacidad de los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, se efectuó un análisis de los datos recolectados de cada interno de manera anónima, por consiguiente, los resultados fueron empleados solo para la investigación. Asimismo, se pidió a cada participante leer y consentir la toma de la información mediante un consentimiento informado. Asimismo, la investigación se efectuó contemplando los sucesivos aspectos técnicos (Hernández et al., 2012):

- Veracidad: Previo a la administración de los instrumentos, se comunicó a los participantes la finalidad del estudio, por la cual se solicitó su apoyo de forma voluntaria, de igual forma se le brindó la información de manera clara sobre la implicancia de la toma de los datos.

- Autonomía: Se respetó el derecho a decidir si desean participar o no del estudio, evitando hacer cuestionamientos respecto a la decisión adoptada.

- Confidencialidad: La información recopilada fue gestionada con extrema confidencialidad y se utilizó exclusivamente para fines del estudio.

- Equidad: El trato hacia cada uno de los participantes en este estudio fue igual, cordial y justo.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Nivel de bienestar psicológico en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque

	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	N	%	N	%
Bienestar psicológico	6	3,0	177	88,1	18	9,0
Autoaceptación	2	1,0	8	4,0	191	95,0
Relaciones positivas	0	0,0	30	14,9	171	85,1
Autonomía	0	0,0	24	11,9	177	88,1
Dominio del entorno	5	2,5	3	1,5	193	96,0
propósito en la vida	6	3,0	64	31,8	131	65,2
Crecimiento personal	4	2,0	10	5,0	187	93,0

De la tabla anterior se aprecia que el bienestar psicológico de los internos de un instituto penitenciario se distribuyó con 6 (3,0%) internos que tienen un nivel bajo de bienestar psicológico, 177 (88,1%) que tienen un nivel medio de bienestar psicológico y 18 (9,0%) con un nivel alto de bienestar psicológico. En cuanto a la autoaceptación, se observa que 2 internos (1,0%) muestran un nivel bajo, 8 internos (4,0%) presentan un nivel medio, y la mayoría, 191 internos (95,0%), exhiben un nivel alto de autoaceptación. En el aspecto de relaciones positivas, no se identificaron internos con un nivel bajo, 30 internos (14,9%) muestran un nivel medio, y la mayoría, 171 internos (85,1%), tienen un nivel alto en este aspecto. En cuanto a la autonomía, no se registraron internos con un nivel bajo, 24 internos (11,9%) tienen un nivel medio, y la mayoría, 177 internos (88,1%), muestran un nivel alto de autonomía. En relación al dominio del entorno, 5 internos (2,5%) presentan un nivel bajo, 3 internos (1,5%) tienen un nivel medio, y la gran mayoría, 193 internos (96,0%), muestran un nivel alto en este aspecto. En lo que respecta al propósito en la vida, 6 internos (3,0%) tienen un nivel bajo, 64 internos (31,8%) tienen un nivel medio, y 131 internos (65,2%) exhiben un nivel alto en este componente. Finalmente, en el ámbito de crecimiento personal, 4 internos (2,0%) tienen un nivel bajo, 10 internos (5,0%) tienen un nivel medio, y la gran mayoría, 187 internos (93,0%), presentan un nivel alto en este aspecto.

Tabla 2*Nivel de afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque*

	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	N	%	N	%
Afrontamiento al estrés	3	1,5	135	67,2	63	31,3
Afrontamiento enfocado al problema	10	5,0	85	42,3	106	52,7
Afrontamiento enfocado a la emoción	1	0,5	72	35,8	128	63,7
Otros estilos de afrontamiento	101	50,2	88	43,8	12	6,0

De la tabla anterior se aprecia que el afrontamiento al estrés de los internos de un instituto penitenciario se distribuyó con 3 (1,5%) internos que tienen un nivel bajo afrontamiento al estrés, 135 (67,2%) que tienen un nivel medio de afrontamiento al estrés y 63 (31,3%) con un nivel alto de afrontamiento al estrés. En el caso del afrontamiento enfocado al problema, 10 internos (5,0%) tienen un nivel bajo, 85 internos (42,3%) tienen un nivel medio, y la mayoría, 106 internos (52,7%), exhiben un nivel alto en esta forma de afrontamiento. Respecto al afrontamiento enfocado a la emoción, 1 interno (0,5%) tiene un nivel bajo, 72 internos (35,8%) tienen un nivel medio, y la mayoría, 128 internos (63,7%), exhiben un nivel alto en esta estrategia de afrontamiento. En relación con otros estilos de afrontamiento, 101 internos (50,2%) muestran un nivel bajo, 88 internos (43,8%) tienen un nivel medio, y 12 internos (6,0%) exhiben un nivel alto en estas estrategias diversas de afrontamiento.

Tabla 3*Pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*

	Estadístico	gl	Sig.
Bienestar psicológico	0,083	201	0,002
Afrontamiento al estrés	0,058	201	0,095
Estilo de afrontamiento enfocado al problema	0,113	201	0,000
Estilo de afrontamiento enfocado en la emoción	0,087	201	0,001
Otros estilos de afrontamiento	0,130	201	0,000

De la tabla anterior, se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov pues la cantidad de unidades muestrales fueron mayores que 50. Asimismo, de los resultados, el valor de significancia estadística (Sig.) indica que la única variable que posee distribución normal es el afrontamiento al estrés ($0,095 > 0,05$) y las demás no poseen dicha distribución ($\text{Sig.} < 0,05$). Por lo tanto, la prueba de hipótesis de correlación más adecuada para los demostrar los objetivos planteados será la correlación de Spearman, pues esta prueba puede emplearse cuando las variables a correlacionar no poseen una distribución normal.

Hipótesis general

H_0 : No existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

H_1 : Existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

Regla de decisión:

Si $p\text{-valor} > 0.05$: Se acepta la hipótesis nula (H_0)

Si $p\text{-valor} < 0.05$: Se rechaza la hipótesis nula (H_0)

Tabla 4

Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés

	Valor	Significancia estadística
Rho de Spearman	0,602	$p=0.000$

De la tabla 5, el valor de significancia estadística fue igual a $p= 0.000$ siendo este valor menor a 0.05, por lo tanto, según la regla de decisión, al ser menor se opta por rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa. Por lo que, el bienestar psicológico guarda una relación positiva moderada (0.602) con el afrontamiento al estrés en los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, esto quiere decir que si los niveles afrontamiento al estrés se incrementan también se incrementará el bienestar psicológico de los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque.

Hipótesis específica 1

H₀: No existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado al problema en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

H₁: Existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado al problema en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

Regla de decisión:

Si $p\text{-valor} > 0.05$: Se acepta la hipótesis nula (H₀)

Si $p\text{-valor} < 0.05$: Se rechaza la hipótesis nula (H₀)

Tabla 5

Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado al problema

	Valor	Significancia estadística
Rho de Spearman	0,479	p=0.000

De la tabla el valor de significancia estadística fue igual a $p = 0.000$ siendo este valor menor a 0.05, por lo tanto, según la regla de decisión, al ser menor se opta por rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa. Por lo que, el bienestar psicológico guarda una relación positiva moderada (0.479) con el estilo de afrontamiento al estrés enfocado al problema en los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, esto quiere decir que si los niveles afrontamiento al estrés enfocados al problema se incrementan también se incrementará el bienestar psicológico de los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque.

Hipótesis específica 2

H_0 : No existe una relación diferencias significativas entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

H_1 : Existe una relación diferencias significativas entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

Regla de decisión:

Si $p\text{-valor} > 0.05$: Se acepta la hipótesis nula (H_0)

Si $p\text{-valor} < 0.05$: Se rechaza la hipótesis nula (H_0)

Tabla 6

Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción

	Valor	Significancia estadística
Rho de Spearman	0,419	$p=0.000$

De la tabla 7, el valor de significancia estadística fue igual a $p= 0.000$ siendo este valor menor a 0.05, por lo tanto, según la regla de decisión, al ser menor se opta por rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa. Por lo que, el bienestar psicológico guarda una relación positiva moderada (0,419) con el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción en los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, esto quiere decir que si los niveles afrontamiento al estrés enfocados en la emoción se incrementan también se incrementará el bienestar psicológico de los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque.

Hipótesis específica 3

H_0 : No existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

H_1 : Existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023

Regla de decisión:

Si $p\text{-valor} > 0.05$: Se acepta la hipótesis nula (H_0)

Si $p\text{-valor} < 0.05$: Se rechaza la hipótesis nula (H_0)

Tabla 7

Correlación de Spearman entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento

	Valor	Significancia estadística
Rho de Spearman	0,301	$p=0.000$

De la tabla 8, el valor de significancia estadística fue igual a $p= 0.000$ siendo este valor menor a 0.05, por lo tanto, según la regla de decisión, al ser menor se opta por rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa. Por lo que, el bienestar psicológico guarda una relación positiva baja (0,301) con otros estilos de afrontamiento al estrés en los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, esto quiere decir que si los niveles de afrontamiento con otros estilos se incrementan también se incrementará el bienestar psicológico de los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque.

IV. DISCUSIÓN

La investigación planteo como objetivo relacionar el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque logrando establecer una relación significativa positiva moderada con $Rho = .602$ y $p < .000$ entre ambas evidenciando que los internos de este instituto penitenciario que si existe una tendencia al incremento del afrontamiento al estrés también existe una tendencia al incremento del bienestar psicológico y viceversa; asimismo, la muestra de internos demostraron tener en mayoría un nivel medio de bienestar psicológico (88.1%) y respecto al afrontamiento al estrés en mayoría tuvieron un nivel medio (67.2%) seguido del nivel alto (31.3%). Comparando estos resultados con estudios previos en contextos penitenciarios, se observan patrones similares, aunque con variaciones en la magnitud de las correlaciones. En particular, los estudios de Oscco y Pérez (2021) en Andahuaylas y Lizarraga (2020) en el Callao encontraron correlaciones muy significativas, con valores de $Rho = 0.979$ y $Rho = 0.791$, respectivamente. Estos valores indican una asociación fuerte entre ambas variables en estos contextos. Por otro lado, los estudios de Benites (2020) en Trujillo y Rubio (2019) en Tarapoto encontraron correlaciones más bajas, con valores de $Rho = 0.350$ y $Rho = 0.253$, respectivamente. Estos resultados indican que la relación entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento al estrés puede diferir en función de las características particulares de cada entorno penitenciario. Estas diferencias podrían deberse a factores específicos del contexto, como las políticas implementadas en las prisiones y la composición demográfica de los reclusos.

En cuanto a las dimensiones específicas, se encontró que la correlación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés enfocado en el problema fue moderadamente positiva ($Rho = .479$, $p < .05$), lo que es consistente con los hallazgos de Oscco y Pérez (2021) con $Rho = .791$ y Lizarraga (2020) con $Rho = .682$. Similarmente, la correlación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento enfocado en la emoción también fue moderadamente positiva ($Rho = .419$, $p < .05$), en línea con lo observado por Oscco y Pérez (2021) con $Rho = .735$, Lizarraga (2020) con $Rho = .777$ y Rubio (2019) con $Rho = .284$. Por otro lado, la correlación con la dimensión de otros estilos de afrontamiento fue positiva pero más baja ($Rho = .301$, $p < .05$), similar a los resultados de Oscco y Pérez (2021) con $Rho = .959$, Lizarraga (2020) con $Rho = .682$ y Rubio (2019) con $Rho = .202$. Estos hallazgos refuerzan la idea presentada previamente de que, aunque la relación entre las variables de investigación y las dimensiones del afrontamiento al estrés muestra una

tendencia positiva significativa, los resultados pueden variar según las características propias de cada institución penitenciaria.

Lo descubierto en el estudio se alinean con investigaciones previas que han demostrado una relación positiva entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés. Según Chapoñan (2021), esta asociación se debe a que un mayor bienestar psicológico dota a las personas de los recursos necesarios para manejar eficazmente el estrés. Individuos con altos niveles de bienestar psicológico suelen tener una autoestima saludable, relaciones sociales constructivas y un sentido de control sobre sus vidas. Estos elementos son cruciales para enfrentar de manera efectiva las situaciones de estrés, especialmente en entornos penitenciarios donde el bienestar psicológico es clave para la salud mental y el bienestar de los reclusos. Además, se refuerza la idea de que los internos con un mayor bienestar psicológico tienen más probabilidades de adaptarse a la vida en prisión, evitar comportamientos de riesgo y lograr una reintegración exitosa en la sociedad.

Es propicio mencionar que los resultados obtenidos en esta investigación corresponden a una población carcelaria con características propias, lo que se convierte en una limitación para generalizarlos a poblaciones de otros centros penitenciarios. Así mismo es importante señalar que los resultados obtenidos se convierten en una fortaleza por que ha generado conclusiones que determinan la situación el bienestar psicológico y el manejo del estrés en los reclusos del Centro penitenciario donde se desarrolló el estudio y recomendaciones que beneficiaran a esta población.

V. CONCLUSIONES

- Existe una correlación positiva y moderada entre el bienestar psicológico y el manejo del estrés en los reclusos de una prisión en Lambayeque en el año 2023.
- La mayoría de los internos mostraron un nivel medio de bienestar psicológico.
- Predominó un nivel medio de estrategias de afrontamiento al estrés entre los reclusos.
- Se encontró una relación positiva y moderada entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento al estrés enfocadas en el problema en la población carcelaria de Lambayeque, 2023.
- Se identificó una correlación positiva y moderada entre el bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento al estrés centradas en la emoción en los internos de esta institución penitenciaria.
- Existe una relación positiva, aunque de menor intensidad, entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento al estrés en los reclusos del penal de Lambayeque en 2023.

VI. RECOMENDACIONES

- Se recomienda que el director de la institución penitenciaria implemente programas de intervención psicológica y capacitación en técnicas de afrontamiento que ayuden a los internos a fortalecer su bienestar psicológico y sus habilidades para manejar el estrés como programas que incluyan sesiones grupales que aborden estrategias efectivas para afrontar los desafíos de la vida en prisión.
- Se recomienda que el centro penitenciario implemente programas destinados a impulsar el bienestar emocional y la autoaceptación entre los internos. La realización de talleres y actividades enfocadas en el autocuidado, la expresión de emociones positivas y la definición de objetivos personales podrían contribuir a la mejora del bienestar psicológico de los reclusos.
- Se aconseja que la institución penitenciaria implemente programas educativos que enseñen a los internos estrategias de afrontamiento efectivas para manejar situaciones estresantes. Estos programas pueden centrarse en el desarrollo de habilidades para resolver problemas, acceder a recursos de apoyo y afrontar las emociones negativas.
- Se recomienda que la institución penitenciaria fortalezca las intervenciones que promueven estrategias específicas para abordar desafíos concretos como programas de entrenamiento que ayuden a los internos a desarrollar habilidades para resolver problemas y tomar decisiones efectivas.
- Se sugiere que la institución penitenciaria integre enfoques terapéuticos que aborden la gestión emocional como programas de desarrollo emocional y técnicas de regulación emocional y así ayudar a mejorar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés centrado en las emociones.
- Se aconseja que la institución penitenciaria explore estrategias alternativas de intervención que aborden específicamente los estilos de afrontamiento menos frecuentes como talleres que fomenten la conciencia sobre la eficacia de diferentes estilos de afrontamiento y que proporcionen alternativas más saludables para ayudar a mejorar la relación entre el afrontamiento y el bienestar psicológico.
- Se recomienda que los hallazgos de este estudio se compartan con los responsables del centro penitenciario en Lambayeque. Esto les proporcionará información actualizada acerca del bienestar psicológico y las estrategias de manejo del estrés entre los internos de la institución.

VII. REFERENCIAS

- Ansah, E., Addae, J., Hagan, J. & Baidoo, M. (2023). Assessing Stress Levels, Predictors and Management Strategies of Inmates at Ankaful Prison Complex in the Central Region, Ghana. *Behavioral sciences*, 13(3), 1-11. <https://doi.org/10.3390/bs13030201>
- Arévalo, M. y Mejía, A. (2018). *Percepción de estrés y afrontamiento espiritual en mujeres privadas de libertad* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/30357>
- Bedaso, A., Ayalew, M., Mekonnen, N. & Duko, B. (2020). Global Estimates of the Prevalence of Depression among Prisoners: A Systematic Review and Meta-analysis. *Depression Research and Treatment*. <https://doi.org/10.1155/2020/3695209>
- Benites, L. (2020). *Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en reclusas de un establecimiento penitenciario de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada del Norte]. https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/24747/T055_75250097_T.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Bunge, M. (2000). *La investigación científica: Su estrategia y su filosofía*. Siglo XXI Editores.
- Cardoso, D., Garduño, Y. y Pérez, M. (2020). Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico en estudiantes de administración. *Revista de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional, RILCO*, 2 (8), 1-11. <https://www.eumed.net/rev/rilco/08/bienestar-psicologico.pdf>
- Carver, C., Scheier, M. & Weintraub, J. (1989). Assessing Coping Strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.56.2.267>
- Cassaretto, M. y Perez, C. (2016). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP*, 2(42), 95-109. <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>

- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de Afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima* [Tesis de pregrado no publicado]. Pontificia Universidad Católica del Perú
- Castro, A. (2009). El bienestar psicológico: cuatro décadas de progreso. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3),43-72. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066004>
- Cerea, S., Ghisi, M., Pitteri, M., Guandalini, M., Strober, L. B., Scozzari, S., Crescenzo, F. & Calabrese, M. (2021). Coping Strategies and Their Impact on Quality of Life and Physical Disability of People with Multiple Sclerosis. *Journal of clinical medicine*, 10(23), 5607. <https://doi.org/10.3390/jcm10235607>
- Chacaliaza, C. (2020). Afrontamiento al estrés y orientación suicida en estudiantes adolescentes. *Avances En Psicología*, 28(1), 131–142. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n1.2118>
- Chapoñan, M. (2021). *Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/4371>
- Chiclana, S., Castillo, R., Paniagua, D. & Rodríguez, R. (2019). Mental health, positive affectivity and wellbeing in prison: a comparative study between young and older prisoners. *Revista española de sanidad penitenciaria*,21(3),138–148. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7093759/>
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C. y Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18 (3),572-577. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72718337>
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1),71-75. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16367493/>
- Diener, E. & Lucas, E. (1999). “Personality and subjective well-being”. En D. Kahneman, E. Diener y N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). Russell Sage Foundation.

- Easterlin, R. (2005). Feeding the ilusión of growth and happiness: A reply to Hagerty and Veenhoven. *Social Indicators Research*, 74, 429-443. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-004-6170-z>
- Emily, J. (2021). Tweed and others, Mental wellbeing among people in prison in Scotland: an analysis of repeat cross-sectional surveys. *Journal of Public Health*, 43(2), 188–195. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdz106>
- Freire, C., Ferradas, M., Regueiro, B., Rodríguez, S., Valle, A. & Núñez, J. (2020). Coping Strategies and Self-Efficacy in University Students: A Person-Centered Approach. *Frontiers in psychology*, 11(841), 1-11. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.00841/full>
- Fu, W., Wang, C., Zou, L., Guo, Y., Lu, Z., Yan, S. & Mao, J. (2020). Psychological health, sleep quality, and coping styles to stress facing the COVID-19 in Wuhan, China. *Transl Psychiatry*, 10(1), 1-9. <https://www.nature.com/articles/s41398-020-00913-3>
- Ghazanfari, H., Miri, S., Taebi, M. & Farokhzadian, J. (2023). Psychological wellbeing, family cohesion, and purposeful life in male prisoners: A cross-sectional study. *Frontiers in psychiatry*, 13(1), 1-9, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1054149>
- Gonçalves, S., Carlotto, M. & Bedin, L. (2019). Evidências de Validade da Versão Reduzida do Coping Orientation to Problems Experienced Inventory (COPE) com Trabalhadores Brasileiros. *Psicogente*, 22(41), 33-50. <https://doi.org/10.17081/psico.22.41.3301>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2012). *Metodología de la Investigación*. 5.a ed. McGraw-Hill
- Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixtas*. McGraw-Hill Education
- Defensoría del Pueblo. (2018). *Informe de Adjuntía N° 006-2018-DP/ADHPD. Retos del Sistema Penitenciario Peruano: Un diagnóstico de la realidad carcelaria de mujeres y varones*. <https://www.defensoria.gob.pe/wp-content/uploads/2019/04/Retos-del-sistema-penitenciario.pdf>

- Jacobs, J. & Carver, C. (2020). *Personality and Coping. The Wiley Encyclopedia of Health Psychology*. John Wiley & Sons Ltd.
- Jurado, P., Benitez, Z., Mondaca, F., Rodríguez, J. y Blanco, J. (2017). Análisis de las propiedades psicométricas del Cuestionario de Bienestar Psicológico de Ryff en universitarios mexicanos. *Acta universitaria*, 27(5), 76-82. <https://doi.org/10.15174/au.2017.1648>
- Lizarraga, O. (2020). *Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un penal del Callao* [Tesis de maestría, Universidad de San Martín de Porres]. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/8766>
- Lluch, M. (2002). Evaluación Empírica de un Modelo Conceptual de Salud Mental Positiva. *Salud Mental*, 25(4), 42-55. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58242505>
- Luke, R., Daffern, M., Skues, J., Trounson, J., Pfeifer, J. & Ogloff, J. (2021). The Effect of Time Spent in Prison and Coping Styles on Psychological Distress in Inmates. *The Prison Journal*, 101(1), 60–79. <https://doi.org/10.1177/0032885520978475>
- Martínez Rebollar, A., & Campos Francisco, W. (2015). Correlación entre Actividades de Interacción Social Registradas con Nuevas Tecnologías y el grado de Aislamiento Social en los Adultos Mayores. *Revista Mexicana de Ingeniería Biomédica*, 36(3), 181-190.
- Obbarius, N., Fischer, F., Liegl, G., Obbarius, A., & Rose, M. (2021). A modified version of the transactional stress concept according to Lazarus and Folkman was confirmed in a psychosomatic inpatient sample. *Frontiers in psychology*, 12(1), 1-12. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.584333/full>
- O'Connor, D., Thayer, J. & Vedhara, K. (2020). Stress and Health: A Review of Psychobiological Processes. *Annual Review of Psychology*, 72(1), 1-26. [10.1146/annurev-psych-062520-122331](https://doi.org/10.1146/annurev-psych-062520-122331)
- Ogueji, I. A., Okoloba, M. M. & Ceccaldi, B. M. (2022). Coping strategies of individual in the United Kingdom during the COVID-19 pandemic. *Current Psychology*, 41(11), 7493-7499. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01318-7>

- Oscoco, K. y Perez, R. (2021). *Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos del instituto penitenciario de la provincia de Andahuaylas, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1905>
- Pérez, M. (2017). *Adaptación de la escala bienestar psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del distrito de los Olivos* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/11339/Pérez_BMA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Prieto, J., Tamayo, A. y Zuluaga, L. (2020). *Estilos de afrontamiento en un grupo de hombres reclusos en la cárcel municipal de Envigado* [Tesis de pregrado, Instituto Universitario de Envigado]. <http://bibliotecadigital.iue.edu.co//jspui/handle/20.500.12717/2881>
- Rambal, M., Madariaga, C. & Ibáñez, L. (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. <http://www.scielo.org.co/pdf/crim/v56n3/v56n3a04.pdf>
- Rogowska, A. M., Kuśnierz, C. & Ochnik, D. (2021). Changes in Stress, Coping Styles, and Life Satisfaction between the First and Second Waves of the COVID-19 Pandemic: A Longitudinal Cross-Lagged Study in a Sample of University Students. *Journal of clinical medicine*, 10(17), 1-21. <https://doi.org/10.3390/jcm10174025>
- Rubio, M. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en internos por delito contra el patrimonio del establecimiento penitenciario Tarapoto, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29568>
- Ryan, R., Sheldon, K., Kasser, T. & Deci, D. (1996). All goals are not created equal: An organismic perspective on the nature of goals and their regulation In P.M. Gollwitzer and J.A. Bargh (Eds.) *The Psychology of Action: Linking Cognition and Motivation to Behavior* (pp.7 – 26). The Guilford Press.

- Ryan, R. & Deci, E. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review Of Research On Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 141-166. [10.1146/annurev.psych.52.1.141](https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141)
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. [10.1037/0022-3514.57.6.1069](https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069)
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. & Singer, B. (2006). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39. [10.1007/s10902-006-9019-0](https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0)
- Saeedi, M., Abedini, Z. & Taleb, S. (2023). Stress coping strategies of Iranian healthcare staff during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Heliyon*, 9(6), e17178. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17178>
- Skowroński, B. & Talik, E. (2018). Coping with stress and the sense of quality of life in inmates of correctional facilities. *Psychiatria polska*, 52(3), 525–542. <https://doi.org/10.12740/PP/77901>
- Stanisławski, K. (2019). The Coping Circumplex Model: An Integrative Model of the Structure of Coping With Stress. *Frontiers in Psychology*, 10 (1), 1-23. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00694>
- Tataje, D. (2023). Afrontamiento del estrés en internos de un establecimiento penitenciario de Perú, 2021. *Avances en Psicología*, 31(1), e2731. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2023.v31n1.2731>

ANEXOS

ANEXO 1: Instrumentos de recolección de la información

Escala de Bienestar Psicológico

Edad:

Grado de instrucción:

Tipo de delito:

Para cada una de las siguientes afirmaciones, marca con una X la alternativa que te parezca más adecuado para describirte. De acuerdo con el siguiente esquema:

1= Totalmente desacuerdo

2= En desacuerdo

3= Medianamente en desacuerdo

4= Medianamente de acuerdo

5=De acuerdo

6=Totalmente de acuerdo

Nº	Ítems	1	2	3	4	5	6
1	Estoy satisfecho con cómo ha resultado mi vida.						
2	Me siento solo por tener pocos amigos cercanos.						
3	Expreso mis opiniones, incluso si son impopulares.						
4	Me preocupa cómo otros evalúan mis decisiones de vida.						
5	Me es difícil encontrar un camino satisfactorio en la vida.						
6	Disfruto planificando y trabajando hacia el futuro.						
7	Me siento seguro y positivo sobre mí mismo.						
8	Tengo pocas personas con quien hablar.						
9	Me preocupa lo que piensan los demás de mí.						
10	Me juzgo según mis propios valores, no los de otros.						
11	He creado un hogar y estilo de vida que me gusta.						
12	Soy activo en realizar mis proyectos personales.						
13	Cambiaría muchas cosas de mí mismo si pudiera.						
14	Mis amigos aportan mucho a mi vida.						
15	Soy influenciado por personas con convicciones fuertes.						
16	Me siento responsable de mi situación actual.						
17	Me siento bien al pensar en mi pasado y futuro.						

18	Mis metas han sido más satisfactorias que frustrantes.						
19	Me gusta la mayoría de aspectos de mi personalidad.						
20	Siento que otros tienen más amigos que yo.						
21	Confío en mis opiniones, incluso si son poco comunes.						
22	Las demandas cotidianas a menudo me deprimen.						
23	Tengo un claro sentido de dirección en la vida.						
24	Sigo aprendiendo sobre mí con el tiempo.						
25	Estoy decepcionado con mis logros en la vida.						
26	No he tenido muchas relaciones cercanas y confiables.						
27	Me cuesta expresar mis opiniones en temas polémicos.						
28	Manejo bien mis responsabilidades cotidianas.						
29	No tengo claro qué quiero lograr en la vida.						
30	Dejé de intentar hacer grandes cambios en mi vida.						
31	Me siento orgulloso de quien soy y mi vida.						
32	Confío en mis amigos y ellos en mí.						
33	Cambio mis decisiones si desacuerdan amigos o familia.						
34	No busco nuevas formas de hacer las cosas.						
35	Es importante tener experiencias que desafíen mi visión.						
36	No he mejorado mucho como persona con los años.						
37	Siento que he crecido mucho como persona con el tiempo.						
38	La vida ha sido un proceso de aprendizaje y crecimiento.						
39	Cambiaría mi situación de vida si fuera infeliz.						

Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés

Instrucciones

El objetivo es entender cómo las personas reaccionan ante situaciones difíciles o estresantes. Por favor, indique en este cuestionario qué hace o siente más frecuentemente en tales situaciones, enfocándose en las respuestas que más utiliza. Recuerde responder todas las preguntas considerando las alternativas proporcionadas.

Nunca	Siempre
No	Sí

Nº	¿Qué cosas hace o siente con más frecuencia...?	Opciones	
		No	Sí
1	Realizo acciones adicionales para eliminar el problema.		
2	Creo un plan para resolver el problema.		
3	Pauso otras actividades para enfocarme en el problema.		
4	Me preparo para enfrentar el problema en el momento adecuado.		
5	Consulto a otros con experiencias similares.		
6	Comparto mis sentimientos con alguien.		
7	Busco aspectos positivos en la situación.		
8	Aprendo a vivir con el problema.		
9	Busco ayuda espiritual.		
10	Expreso y libero mis emociones.		
11	Niego la existencia del problema.		
12	Abandono mis objetivos.		
13	Me distraigo con trabajo u otras actividades.		
14	Concentro esfuerzos en solucionar el problema.		
15	Desarrollo un plan de acción.		
16	Priorizo enfrentar el problema.		
17	Evito el problema hasta que sea manejable.		
18	Busco consejos externos.		
19	Obtengo apoyo emocional de seres queridos.		
20	Veó el problema de manera positiva.		
21	Acepto la irreversibilidad del problema.		
22	Confío en mi fe para la solución.		
23	Expreso libremente mis emociones.		
24	Actúo como si el problema no existiera.		
25	Dejo de seguir mis metas.		
26	Uso la TV como distracción.		
27	Procedo paso a paso en la solución.		
28	Reflexiono sobre los pasos a seguir.		
29	Me enfoco exclusivamente en el problema.		
30	Evito crear problemas mayores por precipitación.		
31	Hablo con alguien para entender mejor el problema.		
32	Discuto mi situación actual con alguien.		
33	Extraigo aprendizajes de la experiencia.		
34	Me habitúo a la realidad del problema.		

35	Busco consuelo en mi fe.		
Nº	¿Qué cosas hace o siente con más frecuencia...?	No	Sí
36	Expreso emociones perturbadoras a otros.		
37	Ignoro el problema.		
38	Aplazo enfrentar el problema.		
39	Distracción mental del problema.		
40	Acción directa contra el problema.		
41	Planificación de solución.		
42	Evito distracciones al enfrentar el problema.		
43	Retraso en la acción.		
44	Busco ayuda práctica.		
45	Busco empatía y comprensión.		
46	Crecimiento personal post-problema.		
47	Aceptación de la realidad del problema.		
48	Incremento en la oración.		
49	Atención constante al problema.		
50	Negación de la realidad.		
51	Reducción de esfuerzos de solución.		
52	Aumento del sueño.		

ANEXO 2: Ficha técnica

Bienestar psicológico

Instrumento	Scales of Psychological Well-Being (SPWB)
Traducción	Escala de Bienestar Psicológico
Autor	Carver & Keyes
País	Estados Unidos
Versión adaptada en Perú	Pérez
Institución	Universidad César Vallejo
Año	2017
Propósito	Determinar el nivel de bienestar psicológico mediante una escala.
Ítems	39 ítems.
Tipo de escala	Escala Likert
Tipo de respuestas	Con 6 alternativas de respuesta, donde 1= totalmente desacuerdo y 6= totalmente de acuerdo. Sin embargo existen ítems inversos (17,23,15,26,21), donde la puntuación sería (1=6) y (6=1)
Tiempo de administración	15 a 20 minutos.
Tipo de administración	Forma individual o colectiva.
Edad	Adolescentes y adultos.
Dimensiones	Autoaceptación, Relaciones positivas, Autonomía, Dominio del entorno, Propósito de la vida, Crecimiento personal
Descripción	La escala de bienestar psicológico tiene como propósito determinar el nivel de bienestar psicológico conformado por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de la vida y crecimiento personal.
Baremo	La elaboración de los baremos se realiza en cada estudio ya que no cuenta con estandarización en nuestro medio.
Confiabilidad	La confiabilidad en la versión en español lo realizaron Díaz et al. (2006) en una muestra de 467 personas con edades oscilantes entre 18 y 72 años en España. Arrojando coeficientes de alfa de Cronbach aceptables con valores comprendidos entre ($\alpha=0.71$) y ($\alpha=0.83$), y excepción de la dimensión crecimiento personal ($\alpha=0.68$).
Validación	En relación a la validez, los autores realizaron el análisis factorial confirmatorio, para ello se plantearon 6 modelos teóricos distintos, encontraron que la escala es aplicable para diversos contextos como empresas, comunidades, psicoterapia, etc. (Díaz et al., 2006).

Afrontamiento al estrés

Instrumento	Coping Orientation to Problems Experienced (COPE).
Traducción	Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento.
Autor	Carver, Seller & Weintraub.
País	Estados Unidos
Versión adaptada en Perú	Casuso
Institución	Universidad ubicada en Lima.
Año	1996
Propósito	Evaluar el afrontamiento que usualmente utiliza el sujeto frente a situaciones estresantes.
Ítems	52 enunciados.
Tipo de escala	Escala dicotómica.
Tipo de respuestas	Consiste en elegir una alternativa de respuesta para cada enunciado propuesto.
Tiempo de administración	15 a 20 minutos.
Tipo de administración	Forma individual o colectiva.
Edad	A partir de los 18 años.
Dimensiones	Afrontamiento enfocado en el problema, Afrontamiento enfocado en la emoción, Otros estilos de afrontamiento.
Descripción	Instrumento de autoinforme que fue elaborado con el objetivo de medir los estilos de afrontamiento al estrés, componiéndose de tres dimensiones
Baremo	No se especifica
Confiabilidad	En cuanto a la confiabilidad originaria realizado por Carver et al. (1989) llevó a cabo un estudio con 978 universitarios en Estados Unidos. Encontró índices de alfa de Cronbach entre valores de ($\alpha=0.45$) hasta ($\alpha=0.92$). Además, las mediciones test-retest arrojaron rangos entre 0.46 y 0.86 a las 8 semanas En nuestro medio el cuestionario fue adaptado por Casuso (1996, véase en Cassaretto y Perez, 2016) en una muestra de 187 universitarios, reportó que en cuanto a su confiabilidad por consistencia interna arroja coeficientes alfa de Cronbach aceptables para los estilos enfocados en el problema ($\alpha=0.68$), centrados en la emoción ($\alpha=0.75$), y para los otros estilos ($\alpha=0.77$).
Validación	En torno a la validez de constructo del cuestionario original emplearon el análisis factorial por rotación oblicua, que arrojó 11 factores con valores eigen superiores a 1 y adecuadas cargas factoriales (Carver et al., 1989). La validación de constructo se llevó a cabo mediante el análisis

	factorial exploratorio con una rotación varimax que arrojó 13 escalas con valores eigen superiores a 1 y adecuadas cargas factoriales (Casuso 1996, citado en Cassaretto y Perez, 2016).
--	--

ANEXO 3: Operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumento	Escala de medición
Bienestar psicológico	Es el esfuerzo que realiza la persona con el fin de perfeccionarse y lograr su potencial, relacionado con el propósito de vida e implica adjudicarse retos y ejecutar esfuerzos para superarlos y alcanzar las metas planteadas (Ryff & Keyes, 1995).	El bienestar psicológico será medido mediante la puntuación total obtenida de la Escala de Bienestar Psicológico.	Autoaceptación	- Capaz de resistir presiones sociales. - Es independiente y tiene determinación - Regula su conducta desde dentro. - Se autoevalúa con sus propios criterios.	1,7,13,19,25,31,2,8,14	Escala de Bienestar Psicológico	Ordinal
			Relaciones positivas	- Relaciones estrechas y cálidas con otros. - Le preocupa el bienestar de los demás. - Capaz de fuente empatía, afecto e intimidad.	20,26,32,24,30,34		
			Autonomía	- Capaz de resistir presiones sociales. - Es independiente y tiene determinación - Regula su conducta desde dentro. - Se autoevalúa con sus propios criterios.	3,4,9,10,15,21,27,33,5,11		
			Dominio del entorno	- Sensación de control y competencia. - Control de actividades. - Sacar provecho de las oportunidades. - Capaz de crearse o elegir contextos.	16,22,28,39,6,12		

			Propósito de la vida	- Objetivos en la vida. - Sensación de llevar un rumbo. - Sensación de que el pasado y el presente tiene sentido.	17,18,23,29		
			Crecimiento personal	- Sensación de desarrollo continuo. - Se ve así mismo en progreso. - Abierto a nuevas experiencias. - Capaz de apreciar.	35,36,37,38		
Afrontamiento al estrés	Conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivos destinados a proporcionar una respuesta satisfactoria a las exigencias que constituyen amenazas (Cerea et al., 2021).	El afrontamiento al estrés corresponderá a la puntuación total obtenida tras la aplicación del Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE).	Estilos de afrontamiento enfocados en el problema	Afrontamiento activo	1,14,27,40	Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE).	Ordinal
				Planificación	2,15,28,41		
				Supresión de otras actividades	3,16,29,42		
				Postergación del afrontamiento	4,17,30,43		
				Búsqueda de apoyo social	5,18,31,44		
			Estilos de afrontamiento centrados en la emoción	Búsqueda de soporte emocional	6,19,32,45		
				Reinterpretación positiva y desarrollo personal	7,20,33,46		
				Aceptación	8,21,34,47		
				Acudir a la religión	9,22,35,48		
				Enfocar y liberar emociones	10,23,36,49		
			Otros estilos de afrontamiento	Negación	11,24,37,50		
				Conductas Inadecuadas	12,25,38,51		
				Distracción	13,26,39,52		

ANEXO 4: Carta de presentación



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Trujillo, 15 de Enero de 2024

CARTA DE PRESENTACIÓN N° 0023-2024/UCT-EPG-D

Ps. Luis Martín Fernández Ruíz

DIRECTOR GENERAL DE LA OFICINA REGIONAL NORTE DEL INSTITUTO
NACIONAL PENITENCIARIO

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo en nombre de la Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI” y, a la vez, presentarle a **Deyli Ticlla Sánchez**, identificado (a) con DNI N° **73779142**, alumno (a) del Programa de Maestría en Psicología con Mención en: Psicología Clínica y de la Salud, de nuestra casa superior de estudios, quien viene desarrollando su proyecto de investigación titulado: **BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN LAMPAYEQUE 2023**.

Presento a usted al mencionado maestrando (a) para que puedan realizar la investigación de dicho proyecto con la finalidad de viabilizar la aplicación del instrumento de investigación en su entidad.

En espera de su atención a la presente, me despido reiterándole los sentimientos de mi mayor consideración y estima personal.



Dr. Winston Rolando Reaño Portal
Director de la Escuela de Posgrado
Universidad Católica de Trujillo “Benedicto XVI”

DISTRIBUCIÓN

Interesados, archivo EPG
WRRP

ANEXO 5: Carta de autorización emitida por la entidad que faculta el recojo de datos

AUTORIZACIÓN DE USO DE INFORMACIÓN DE INSTITUCIÓN

Yo Luis Martín Fernández Ruiz, identificado con DNI N° 16759080, en mi calidad de Director de la Oficina Regional Norte del Instituto Nacional Penitenciario, con R.U.C N.º 20353982878, ubicado en la calle Manco Cápac N° 450- Chiclayo, Departamento de Lambayeque, que comprende el Establecimiento Penitenciario de Picsi, ubicado en el km 1 Distrito de Picsi, Provincia de Chiclayo – Lambayeque.

OTORGO LA AUTORIZACIÓN,

A la Srta. Deyli Ticlla Sánchez, Identificado con DNI N.º 73779142, del Programa de Maestría en Psicología con mención en Psicología Clínica y de la Salud para que utilice la siguiente información de la institución: “Establecimiento Penitenciario de Picsi”

Datos y nóminas de las personas privadas de su libertad encuestadas, información de estadísticos e informaciones que ayuden al desarrollo de dicha tesis, con la finalidad de que pueda desarrollar su () Informe estadístico, () Trabajo de Investigación, (X) Tesis para optar el grado académico de Maestro.

(X) Publique los resultados de la investigación en el repositorio institucional de la UCT.

Indicar si el Representante que autoriza la información de la institución, solicita mantener el nombre o cualquier distintivo de la institución en reserva, marcando con una “X” la opción seleccionada.

() Mantener en reserva el nombre o cualquier distintivo de la institución; o
(X) Mencionar el nombre de la institución.



Firma y sello del Representante Legal

Firma y sello del Representante Legal

DNI: 16759080

El Estudiante declara que los datos emitidos en esta carta y en el Trabajo de Investigación, en la Tesis son auténticos. En caso de comprobarse la falsedad de datos, el Estudiante será sometido al inicio del procedimiento disciplinario correspondiente; asimismo, asumirá toda la responsabilidad ante posibles acciones legales que la empresa, otorgante de información, pueda ejecutar.



Firma del Estudiante

DNI: 73779142

ANEXO 6: Consentimiento informado

Presentación:

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Lic. Deyli Tiella Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar ()

No deseo participar ()

Consentimiento informado

133

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar ☒



No deseo participar ☐

Consentimiento informado

154

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar ☒



No deseo participar ☐

093

Consentimiento informado

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar ☒ 

No deseo participar ☐

Consentimiento informado

103

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar ☒ 

No deseo participar ☐

054

Consentimiento informado

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar (X)

[Firma]

No deseo participar ()

Consentimiento informado

074

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar (X)

[Firma]

No deseo participar ()

Consentimiento informado

004

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Tiella Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar ☒

No deseo participar ☐



Consentimiento informado

015

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Tiella Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar ☒

No deseo participar ☐



Consentimiento informado

176

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar (X)

No deseo participar ()



Consentimiento informado

175

Buenos días estimado participante, la presente investigación se realiza en marco de la Tesis: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023., que tiene por objetivo determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.

La sinceridad con que respondan a las preguntas será de gran utilidad para la investigación. La información personal que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta del cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo. Por esta participación usted no recibirá una compensación económica, el beneficio es que los resultados que se obtengan de la aplicación de los instrumentos podrán ser de utilidad para que las autoridades del Instituto Penitenciario incorporen propuestas de mejoras en favor de los internos. El tiempo que le tomará responder el cuestionario será aproximadamente 30 minutos. Cualquier consulta adicional, comunicarse con la Ps. Deyli Ticlla Sánchez al celular 953544261, investigadora.

Si está de acuerdo en participar, mucho le agradecemos que lo comunique, marcando una de las alternativas que a continuación le presentamos.

Si deseo participar (X)

No deseo participar ()



ANEXO 7: Matriz de consistencia

TITULO	FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.	Problema general: ¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023? Problemas específicos: -¿Qué nivel de bienestar psicológico existe en los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023? -¿Qué estilo de afrontamiento al estrés existe en los internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023?	Hipótesis general: Existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. Hipótesis específicas: -Existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento	Objetivo general: Determinar la relación entre el bienestar psicológico y el afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. Objetivos específicos: -Identificar el nivel de bienestar psicológico en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. -Identificar el estilo de afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.	Bienestar psicológico Afrontamiento al estrés	• Estilos de afrontamiento enfocados en el problema. • Estilos de afrontamiento enfocados a la emoción. • Otros estilos de afrontamiento. • Autonomía. • Manejo del ambiente. • Crecimiento personal. • Relación con otros. • Sentido de vida.	Tipo: básico Enfoque: cuantitativo Diseño: no experimental Población y muestra: la población estuvo comprendida por 420 internos y la muestra por 201 internos de un instituto penitenciario en Lambayeque. Técnicas: Encuesta Instrumentos de recolección de datos: Cuestionario “Estilos de afrontamiento al estrés” y “Escala Bienestar Psicológico” Métodos de análisis de investigación: Se utilizó el software SPSS v25,

	-¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado al problema en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023? -¿Existe relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023? -¿Existe relación entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023?	enfocado al problema en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. -Existe una relación significativa entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. -Existe una relación significativa entre el bienestar	-Establecer la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado al problema en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. -Establecer la relación entre el bienestar psicológico y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023. -Establecer la relación entre el bienestar psicológico y otros estilos de afrontamiento en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.		• Autoaceptación.	para procesamiento de información; el análisis de datos en primer lugar se desarrolló de manera descriptiva, estos resultados se presentaron en tablas de frecuencias y porcentajes. Luego se procedió con el análisis inferencial, aplicando la Pruebas de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, lo que indicó que las variables y dimensiones no tenían una distribución normal por ello en la correlación de las hipótesis se utilizó la correlación de Spearman. Todos los resultados fueron presentados en tablas.
--	---	---	---	--	--------------------------	--

		psicológico y otros estilos de enfrentamiento en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque, 2023.				
--	--	---	--	--	--	--

ANEXO 8: Validación de instrumentos



Trujillo, 29 de setiembre del 2023

MG. MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ

Presente.-

De mi consideración:

Tengo a bien dirigirme a Ud. para saludarlo(a) muy cordialmente y al mismo tiempo presentarle el Instrumento de recolección de datos propuesto por Deyli Ticlla Sánchez, egresado del Programa de Maestría en Psicología con mención en: PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD de la Escuela de Posgrado de la Universidad Católica de Trujillo. El proyecto de investigación tiene como título: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN LAMBAYEQUE 2023

En tal sentido conocedora de su amplia trayectoria en el ámbito investigativo y en el campo del ejercicio profesional recurro a Ud. para que se sirva colaborar como **Juez experto** de la validación de los Instrumentos que se utilizarán en la presente Investigación:

- “Coping Orientation to Problems Experienced (COPE)” Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento.
- Escala de bienestar psicológico.

Adjunto los siguientes archivos:

- Matriz de consistencia.
- Matriz de Operacionalización de variables.
- Matrices para la calificación y opinión de los instrumentos.

Agradeciéndole anticipadamente la atención que se sirva brindar a la presente, le reitero mis sentimientos de consideración y estima personal.

Atentamente,



Deyli Ticlla Sánchez
DNI:73779142

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante: MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ
- 1.2 Institución donde labora: PROGRAMA NACIONAL AURORA
- 1.3 Nombre del Instrumento motivo de Evaluación: "Coping Orientation to Problems Experienced (COPE)" Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento.
- 1.4 Autor del instrumento: Carver, Seller & Weintraub
- 1.5 Título de la Investigación: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque 2023.

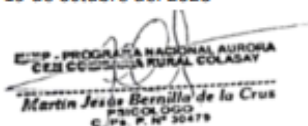
II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		0	5	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.																				98
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.																			93	
3.ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																			93	
4.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																				98
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																			93	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar estrategias utilizadas																			93	
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos																			93	
8.COHERENCIA	Entre dimensiones, índices e indicadores.																			93	
9.METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico																			93	
10.PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.																				98
PUNTAJE TOTAL																					95.6

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Promedio Menor de 60 no es aplicable () Promedio de 61 a más es aplicable (X)

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95.6

Lugar y Fecha: Jaén, 19 de octubre del 2023


 M. J. BERNILLA DE LA CRUZ
 PSICÓLOGO
 C. P. N. N° 36479

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI 70208109 Teléfono 955252638

CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN: "INVENTARIO MULTIDIMENSIONAL DE ESTIMACIÓN DEL AFRONTAMIENTO"

	DEFICIENTE Menos de 37	ACEPTABLE De 77 a 38	BUENO De 116 a 78	EXCELENTE De 156 a 117
Congruencia de Ítems				151
Amplitud de contenido				153
Redacción de los Ítems				153
Claridad y precisión				153
Pertinencia				155

Evaluado por:

APELLIDOS Y NOMBRES: MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ

COLEGIATURA: 30479

DNI: 70208109



ELITE - PROGRAMAS NACIONALES AUTÓNOMAS
DE EDUCACIÓN RURAL COLABAT
Martin Jesus Bernilla de la Cruz
C. P. R. N° 30479

Firma

Fecha: 19/10/23

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTOSX DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante: MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ
- 1.2 Institución donde labora: PROGRAMA NACIONAL AURORA
- 1.3 Nombre del Instrumento motivo de Evaluación: "Scales of Psychological Well-Being (SPWB)" Escala de Bienestar Psicológico
- 1.4 Autor del instrumento: Carver & Keyes
- 1.5 Título de la Investigación: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque 2023.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.																			9	3
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.																			9	3
3.ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																			9	3
4.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																		8	8	
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																			9	3
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar estrategias utilizadas																			9	3
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos																			9	3
8.COHERENCIA	Entre dimensiones, índices e indicadores.																				98
9.METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico																				98
10.PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.																			9	3
PUNTAJE TOTAL																					93.5

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Promedio Menor de 60 no es aplicable () Promedio de 61 a más es aplicable (X)

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 93.5 Lugar y Fecha: Jaén, 19 de octubre del 2023

PROGRAMA NACIONAL AURORA
CENTRO COMUNITARIO RURAL COLASAY
Martin Jesús Bernilla de la Cruz
PSICÓLOGO
C. P. P. N° 30479

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
DNI 70208109 Teléfono 955252638

CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN: ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

	DEFICIENTE Menos de 45	ACEPTABLE De 69 a 46	BUENO De 93 a 70	EXCELENTE De 117 a 94
Congruencia de Ítems				112
Amplitud de contenido				109
Redacción de los Ítems				111
Claridad y precisión				111
Pertinencia				113

Evaluado por:

APELLIDOS Y NOMBRES: MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ
 COLEGIATURA: 30479
 DNI: 70208109


 ESCUELA NACIONAL AURORA
 CEN ECE
 Martin Jesus Bernilla de la Cruz
 PSICÓLOGO
 C. P. N. 30479

Firma

Fecha: 19/10/23

Trujillo, 29 de setiembre del 2023

DR. OBED ABANTO ABANTO

Presente.-

De mi consideración:

Tengo a bien dirigirme a Ud. para saludarlo(a) muy cordialmente y al mismo tiempo presentarle el Instrumento de recolección de datos propuesto por Deyli Ticlla Sánchez, egresado del Programa de Maestría en Psicología con mención en: PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD de la Escuela de Posgrado de la Universidad Católica de Trujillo. El proyecto de investigación tiene como título: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN LAMBAYEQUE 2023

En tal sentido conocedora de su amplia trayectoria en el ámbito investigativo y en el campo del ejercicio profesional recurro a Ud. para que se sirva colaborar como **Juez experto** de la validación de los Instrumentos que se utilizarán en la presente Investigación:

- “Coping Orientation to Problems Experienced (COPE)” Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento.
- Escala de bienestar psicológico.

Adjunto los siguientes archivos:

- Matriz de consistencia.
- Matriz de Operacionalización de variables.
- Matrices para la calificación y opinión de los instrumentos.

Agradeciéndole anticipadamente la atención que se sirva brindar a la presente, le reitero mis sentimientos de consideración y estima personal.

Atentamente,


Deyli Ticlla Sánchez
DNI:73779142

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante: ABANTO ABANTO OBED
- 1.2 Institución donde labora: CONSULTORIA PARTICULAR
- 1.3 Nombre del Instrumento motivo de Evaluación: "Coping Orientation to Problems Experienced (COPE)"
Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento.
- 1.4 Autor del instrumento: Carver, Seller & Weintraub
- 1.5 Título de la Investigación: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque 2023.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		0 5	6 10	11 15	16 20	21 25	26 30	31 35	36 40	41 45	46 50	51 55	56 60	61 65	66 70	71 75	76 80	81 85	86 90	91 95	96 100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.																	8 3			
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.																			9 3	
3.ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																		8 8		
4.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																			9 3	
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																			9 3	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar estrategias utilizadas																			9 3	
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos																			9 3	
8.COHERENCIA	Entre dimensiones, índices e indicadores.																		8 8		
9.METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico																			9 3	
10.PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.																		8 8		
PUNTAJE TOTAL	905/10= 90																				90

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Promedio Menor de 60 no es aplicable () Promedio de 61 a más es aplicable (X)

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 90

Lugar y Fecha: Miraflores, 20 de octubre del del 2023


Obed Abanto Abanto
PSICÓLOGO
DNI 43325957

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
DNI 43325957 Teléfono 987538345

CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN: "INVENTARIO MULTIDIMENSIONAL DE ESTIMACIÓN DEL AFRONTAMIENTO"

	DEFICIENTE Menos de 37	ACEPTABLE De 77 a 38	BUENO De 116 a 78	EXCELENTE De 156 a 117
Congruencia de Ítems				131
Amplitud de contenido				135
Redacción de los Ítems				139
Claridad y precisión				150
Pertinencia				135

Evaluado por:

APELLIDOS Y NOMBRES: ABANTO ABANTO OBED
COLEGIATURA: 12470
DNI: 43325957



Obed Abanto Abanto
psicólogo
DNI: 12470

Firma

Fecha: 20/10/2023

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante: ABANTO ABANTO OBED
- 1.2 Institución donde labora: CONSULTORIA PARTICULAR
- 1.3 Nombre del Instrumento motivo de Evaluación: "Scales of Psychological Well-Being (SPWB)" Escala de Bienestar Psicológico
- 1.4 Autor del instrumento: Carver & Keyes
- 1.5 Título de la Investigación: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque 2023.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.																				98
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.																			93	
3.ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																				98
4.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																			93	
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																			93	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar estrategias utilizadas																				98
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos																			93	
8.COHERENCIA	Entre dimensiones, índices e indicadores.																			93	
9.METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico																				98
10.PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.																			93	
PUNTAJE TOTAL	950/10= 95																				95

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Promedio Menor de 60 no es aplicable () Promedio de 61 a más es aplicable (X)

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 95 Lugar y Fecha: Miraflores, 20 de octubre del 2023


 Obed Abanto Abanto
 CONSULTOR
 FIRMADO
 FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
 DNI 43325957 Teléfono 987538345

CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN: ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

	DEFICIENTE Menos de 45	ACEPTABLE De 69 a 46	BUENO De 93 a 70	EXCELENTE De 117 a 94
Congruencia de Ítems				103
Amplitud de contenido				104
Redacción de los Ítems				99
Claridad y precisión				105
Pertinencia				103

Evaluado por:

APELLIDOS Y NOMBRES: ABANTO ABANTO OBED
COLEGIATURA: 12470
DNI: 43325957


Obed Abanto Abanto
psicólogo
C.P.S. 12470
Firma

Fecha: 20/10/2023

Trujillo, 29 de setiembre del 2023

MG. JEISON ARNOL HORNA VILLARREAL

Presente.-

De mi consideración:

Tengo a bien dirigirme a Ud. para saludarlo(a) muy cordialmente y al mismo tiempo presentarle el Instrumento de recolección de datos propuesto por Deyli Ticlla Sánchez, egresado del Programa de Maestría en Psicología con mención en: PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD de la Escuela de Posgrado de la Universidad Católica de Trujillo. El proyecto de investigación tiene como título: BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN LAMBAYEQUE 2023

En tal sentido conocedora de su amplia trayectoria en el ámbito investigativo y en el campo del ejercicio profesional recurro a Ud. para que se sirva colaborar como **Juez experto** de la validación de los Instrumentos que se utilizarán en la presente Investigación:

- “Coping Orientation to Problems Experienced (COPE)” Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento.
- Escala de bienestar psicológico.

Adjunto los siguientes archivos:

- Matriz de consistencia.
- Matriz de Operacionalización de variables.
- Matrices para la calificación y opinión de los instrumentos.

Agradeciéndole anticipadamente la atención que se sirva brindar a la presente, le reitero mis sentimientos de consideración y estima personal.

Atentamente,


Deyli Ticlla Sánchez
DNI:73779142

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante: JEISON ARNOL HORNA VILLAREAL
- 1.2 Institución donde labora: UGEL – SANTA CRUZ
- 1.3 Nombre del Instrumento motivo de Evaluación: “Coping Orientation to Problems Experienced (COPE)”
Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento.
- 1.4 Autor del instrumento: Carver, Seller & Weintraub
- 1.5 Título de la Investigación: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque 2023.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.																				98
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.																			93	
3.ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																			93	
4.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																				98
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																			93	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar estrategias utilizadas																			93	
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos																			93	
8.COHERENCIA	Entre dimensiones, índices e indicadores.																			93	
9.METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico																			93	
10.PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.																				98
PUNTAJE TOTAL	1131/10= 113																				113

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Promedio Menor de 60 no es aplicable () Promedio de 61 a más es aplicable (X)

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 113

Lugar y Fecha: Santa Cruz, 20 de octubre del 2023

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL SANTA CRUZ

Dr. Jeison Arnol Horna Villareal
JEISON

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
DNI 71346776 Teléfono 955252638

CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN: “INVENTARIO MULTIDIMENSIONAL DE ESTIMACIÓN DEL AFRONTAMIENTO”

	DEFICIENTE Menos de 37	ACEPTABLE De 77 a 38	BUENO De 116 a 78	EXCELENTE De 156 a 117
Congruencia de Ítems				156
Amplitud de contenido				156
Redacción de los Ítems				156
Claridad y precisión				156
Pertinencia				152

Evaluado por:

APELLIDOS Y NOMBRES: JEISON ARNOL HORNA VILLAREAL

COLEGIATURA: 37326

DNI: 71340776

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL BRUNO CABRE
Mr. Ps. Jeison Arnol Horna Villareal
EQUIPO ITINERANTE DE CONVIVENCIA ESCOLAR
Firma

Fecha: 20/10/23

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTOSX DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

- 1.1 Apellidos y nombres del informante: MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ
- 1.2 Institución donde labora: PROGRAMA NACIONAL AURORA
- 1.3 Nombre del Instrumento motivo de Evaluación: "Scales of Psychological Well-Being (SPWB)" Escala de Bienestar Psicológico
- 1.4 Autor del instrumento: Carver & Keyes
- 1.5 Título de la Investigación: Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un instituto penitenciario en Lambayeque 2023.

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

INDICADORES	CRITERIOS	DEFICIENTE				BAJA				REGULAR				BUENA				MUY BUENA			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.	5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
2.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.																		9	3	
3.ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																		9	3	
4.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																	8	8		
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																		9	3	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar estrategias utilizadas																		9	3	
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico-científicos																		9	3	
8.COHERENCIA	Entre dimensiones, índices e indicadores.																				98
9.METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito del diagnóstico																				98
10.PERTINENCIA	Es útil y funcional para la investigación.																		9	3	
PUNTAJE TOTAL	935/10= 93																				93

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD: Promedio Menor de 60 no es aplicable () Promedio de 61 a más es aplicable (X)

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN: 93 Lugar y Fecha: Santa Cruz, 20 de octubre del 2023

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL ROSARIO CROCE

Me. Ps. Jerson Daniel Palma Villarreal
EQUIPO ITINERANTE DE CONVIVENCIA ESCOLAR

FIRMA DEL EXPERTO INFORMANTE
DNI 71340776 Teléfono 941907113

CONCLUSIÓN DE LA EVALUACIÓN: ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO

	DEFICIENTE Menos de 45	ACEPTABLE De 69 a 46	BUENO De 93 a 70	EXCELENTE De 117 a 94
Congruencia de Ítems				117
Amplitud de contenido				117
Redacción de los Ítems				117
Claridad y precisión				113
Pertinencia				117

Evaluado por:

APELLIDOS Y NOMBRES: JEISON ARNOL HORNA VILLAREAL
 COLEGIATURA: 37326
 DNI: 71340776

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
 DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN
 UNIDAD DE GESTIÓN EDUCATIVA LOCAL - UGEL CHOTA
Mr. Ps. Jeison Arnol Horna Villareal
 EQUIPO ITINERANTE DE CONVIVENCIA ESCOLAR
 CHOTA
 Firma

Fecha: 20/10/23

Análisis de juicio de expertos

Tabla 1

Aplicabilidad de los instrumentos

	INVENTARIO MULTIDIMENSIONAL DE ESTIMACIÓN DEL AFRONTAMIENTO	ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO	INVENTARIO MULTIDIMENSIONAL DE ESTIMACIÓN DEL AFRONTAMIENTO	ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO
DR. OBED ABANTO ABANTO	90.5	95	Aplicable	Aplicable
MG. JEISON ARNOL HORNA VILLARREAL	94.5	93.5	Aplicable	Aplicable
MG. MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ	94.5	93.5	Aplicable	Aplicable

Los expertos calificaron en su mayoría la aplicabilidad del *instrumento inventario multidimensional de estimación del afrontamiento* y *escala de bienestar psicológico* con valores mayores que 60, por lo que se deduce que el instrumento es aplicable.

Tabla 2

Valoración por juicio de expertos del cuestionario inventario multidimensional de estimación del afrontamiento

	Congruen cia de Ítems	Amplit ud de conteni do	Redacci ón de los Ítems	Clarid ad y precisi ón	Pertinen cia	Congruen cia de Ítems	Amplit ud de conteni do	Redacci ón de los Ítems	Clarida d y precisi ón	Pertinen cia
DR. OBED ABANTO ABANTO	131	135	139	150	135	Excelente	Excele nte	Excelen te	Excele nte	Excelent e
MG. JEISON ARNOL HORNA VILLARREAL	156	156	156	156	152	Excelente	Excele nte	Excelen te	Excele nte	Excelent e
MG. MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ	151	153	153	153	155	Excelente	Excele nte	Excelen te	Excele nte	Excelent e

Los expertos valoraron al instrumento en sus diferentes indicadores con valores dentro del rango excelente al instrumento *inventario multidimensional de estimación del afrontamiento* por lo que se deduce que el instrumento es excelente.

Tabla 3

Valoración por juicio de expertos del cuestionario escala de bienestar psicológico

	Congruen cia de Ítems	Amplit ud de conteni do	Redacci ón de los Ítems	Clarid ad y precisi ón	Pertinen cia	Congruen cia de Ítems	Amplit ud de conteni do	Redacci ón de los Ítems	Clarida d y precisi ón	Pertinen cia
DR. OBED ABANTO ABANTO	103	104	99	105	103	Excelente	Excele nte	Excelen te	Excele nte	Excelent e
MG. JEISON ARNOL HORNA VILLARREAL	117	117	117	113	117	Excelente	Excele nte	Excelen te	Excele nte	Excelent e
MG. MARTIN JESUS BERNILLA DE LA CRUZ	112	109	111	111	113	Excelente	Excele nte	Excelen te	Excele nte	Excelent e

Los expertos valoraron al instrumento en sus diferentes indicadores con valores dentro del rango excelente al instrumento *escala de bienestar psicológico* por lo que se deduce que el instrumento es excelente.

ANEXO 9: Imagen del porcentaje de Turnitin

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN INSTITUTO PENITENCIARIO EN LAMBAYEQUE 2023

ORIGINALITY REPORT

15%	15%	5%	11%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repositorio.usmp.edu.pe Internet Source	4%
2	repositorio.uct.edu.pe Internet Source	4%
3	hdl.handle.net Internet Source	2%
4	www.ti.autonomadeica.edu.pe Internet Source	2%
5	repositorio.ucv.edu.pe Internet Source	2%
6	repositorio.uigv.edu.pe Internet Source	1%
7	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Student Paper	1%
8	es.scribd.com Internet Source	1%