



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ECATEPEC

RESILIENCIA, REGULACIÓN EMOCIONAL Y PROPÓSITO DE
VIDA
COMO PREDICTORES DEL BIENESTAR SUBJETIVO EN
POBLACIÓN PENITENCIARIA

TESIS

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:
MAESTRA EN PSICOLOGÍA Y SALUD

PRESENTA:

LIC. ANA ARELI VICENCIO NAVARRETE

COMITÉ TUTORIAL

DIRECTOR:

DR. ARTURO ENRIQUE OROZCO VARGAS

CODIRECTOR:

DR. CARLOS SAÚL JUÁREZ LUGO

TUTORA:

DRA. PATRICIA BALCÁZAR NAVA

**Ciencia y
Tecnología**

Secretaría de Ciencia, Humanidades,
Tecnología e Innovación



NOVIEMBRE, 2025

Índice

Resumen	5
Abstract	6
MARCO TEÓRICO	7
Capítulo I. Bienestar subjetivo	7
1.1 La felicidad como antecedente del bienestar subjetivo	7
1.2 Paradigmas, aproximaciones teóricas y modelos explicativos del bienestar subjetivo	10
1.2.1 Paradigmas hedonista y eudaimónico	10
1.2.2 Modelo Sumativo Ponderado (Bottom-up) y Modelo Multiplicativo (Top-down)	11
1.2.3 Enfoque de personalidad y de predisposición	12
1.2.4 Modelos Télicos o de Estado Final	12
1.2.5 Enfoque de juicios por comparación	13
1.2.6 Teoría de las Múltiples Discrepancias	13
1.2.7 Teorías de la Actividad	14
1.2.8 Enfoque de las influencias psicosociales	14
1.2.9 Teoría del Bienestar Subjetivo de Diener	15
1.3 Estructura del bienestar subjetivo desde la Teoría de Diener	15
1.4 Predictores del bienestar subjetivo	16
1.5 Medición del bienestar subjetivo	20
1.6 Bienestar subjetivo en personas privadas de libertad	21
Capítulo II. Resiliencia, regulación emocional y propósito de vida	23
2.1 Resiliencia	23
2.1.1 Origen y concepto de resiliencia	23
2.1.2 Modelos de resiliencia	24
2.1.2.1 Modelo triádico de resiliencia	24
2.1.3 Resiliencia y bienestar subjetivo	25
2.1.4 Resiliencia en personas privadas de libertad	26
2.2 Regulación emocional	28
2.2.1 Origen y concepto de la regulación emocional	28
2.2.2 Teorías y modelos de la regulación emocional	33
2.2.3 Regulación emocional y bienestar subjetivo	34
2.2.4. Regulación emocional en personas privadas de la libertad	35

2.3 Propósito de vida	36
2.3.1 Origen y concepto del propósito de vida	36
2.3.2 Modelos del propósito de vida	36
2.3.3 Propósito de vida y bienestar subjetivo	37
2.3.4 Propósito de vida en personas privadas de la libertad (PPL)	37
Capítulo III. Sistema y Centros Penitenciarios	39
3.1 Contexto Internacional, Nacional y Estatal	39
3.2 Definición de persona privada de la libertad	42
3.3 Variables sociodemográficas en prisión	43
IV. MÉTODO	49
4.1 Planteamiento del problema	49
4.2 Justificación	52
4.3 Pregunta de investigación	54
4.4 Objetivos	54
4.4.1 Objetivo general	54
4.5 Hipótesis	55
4.6 Tipo y diseño del estudio	55
4.6.1 Tipo del estudio	55
4.6.2 Diseño del estudio	55
4.7 Participantes	55
4.8.1 Criterios de inclusión	56
4.8.2 Criterios de exclusión	56
4.8.3 Criterios de eliminación	57
4.9 Instrumentos	57
4.9.1 Cuestionario Ad Hoc	57
4.9.2 Escala de Afectividad Positiva y Negativa (PANAS)	57
4.9.5 Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) (2003).	59
4.9.6 The Purpose in Life Test (PIL)	59
4.10 Procedimiento	60
4.11 Consideraciones éticas	61
4.12 Análisis de datos	61

V. RESULTADOS	62
5.1. Descripción de la muestra	62
5.2. Análisis descriptivos de las variables	67
5.4. Análisis de correlación	81
5.5. Análisis de regresión múltiple jerárquica	86
VI. DISCUSIÓN	90
VII. CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS	97
Referencias	99
Anexos	127

Resumen

El bienestar subjetivo ha adquirido gran relevancia en la investigación científica debido al impacto que tiene en la salud de las personas; sin embargo, los estudios de este constructo en entornos penitenciarios se han centrado en los déficit y desajustes de las personas privadas de la libertad (PPL), siendo escasos los trabajos que analizan sus dimensiones positivas, necesidades y procesos de adaptación, y es que, a diferencia de la población general, las PPL presentan una mayor prevalencia de enfermedades físicas y mentales, derivada de las condiciones particulares del sistema carcelario, siendo importante conocer y analizar su nivel de satisfacción con la vida.

En este contexto y con base en el modelo de Ed Diener, se abordó el estudio del bienestar subjetivo a partir de los siguientes predictores que han sido estudiados en particular, pero no en conjunto: resiliencia, regulación emocional y propósito de vida.

Así, con el objetivo de aportar evidencia que sirva de base para nuevas líneas de investigación en esta área y favorezca la creación de programas y políticas públicas orientadas al cuidado de la salud integral de la población penitenciaria y su efectiva reinserción social, se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, de corte transversal con una muestra no probabilística de tipo intencional, compuesta por 160 hombres adultos internados en el Centro de Prevención y Reinserción Social de Tenango del Valle, Estado de México que autorizaron su participación mediante el formato de consentimiento informado, brindaron sus datos sociodemográficos a través de un cuestionario Ad Hoc, y completaron escalas que miden los afectos positivos y negativos (PANAS), el bienestar subjetivo (EMMBSAR), la resiliencia (CD-RISC), la regulación emocional (CERQ) y el propósito de vida (PIL). Concluyendo que los resultados obtenidos se dieron a conocer, con apego a los lineamientos y las consideraciones éticas respectivas.

Palabras clave: bienestar subjetivo, propósito de vida, personas privadas de la libertad

Abstract

Subjective well-being has gained significant relevance in scientific research due to its impact on individuals' health. However, studies on this construct in penitentiary settings have primarily focused on the deficits and maladjustments of incarcerated individuals, with few studies exploring their positive dimensions, needs, and adaptation processes. This is particularly relevant because, unlike the general population, incarcerated individuals exhibit a higher prevalence of physical and mental health conditions due to the specific circumstances of the prison system, making it essential to understand and analyze their life satisfaction.

In this context, and based on Ed Diener's model, the study of subjective well-being was approached by considering the following predictors, which have been studied individually but not collectively: resilience, emotional regulation, and purpose in life.

Thus, with the aim of providing evidence that can serve as a foundation for new lines of research in this area, and to support the creation of programs and public policies aimed at the comprehensive health care of the incarcerated population and their effective social reintegration, a quantitative, non-experimental, cross-sectional study was conducted. The study used a non-probabilistic intentional sample, consisting of 160 adult men incarcerated at the Centro de Prevención y Reinserción Social in Tenango del Valle, State of Mexico. Participants gave their informed consent, provided sociodemographic data through an ad hoc questionnaire, and completed scales measuring positive and negative affect (PANAS), subjective well-being (EMMBSAR), resilience (CD-RISC), emotional regulation (CERQ), and purpose in life (PIL). In conclusion, the findings were reported in adherence to the relevant ethical guidelines and standards.

Keywords: subjective well-being, purpose in life, persons deprived of liberty

MARCO TEÓRICO

Capítulo I. Bienestar subjetivo

Una de las más grandes metas a obtener en la vida, es la felicidad, constructo que ha sido analizado y discutido por antiguos filósofos quienes cuestionaban sus elementos y su origen (Diener & Ryan, 2009). A lo largo del tiempo, y en paralelo con la evolución del pensamiento moderno, el estudio de la felicidad ha ido transitando hacia el ámbito de disciplinas como la Sociología, la Economía y la Psicología. Por ello, la atención de los científicos del comportamiento no está dirigida en definir lo que debería ser una buena vida, sino en identificar los factores que llevan a las personas a experimentar y percibir su existencia de manera gratificante y valiosa (Diener et al., 2018).

En este capítulo se abordará el origen del bienestar subjetivo, los enfoques paradigmáticos desde los cuales ha sido estudiado, así como los principales modelos explicativos y los constructos que lo componen, con el fin de comprender la manera en que se configura.

1.1 La felicidad como antecedente del bienestar subjetivo

El concepto de felicidad ha sido, a lo largo de la historia, un tema central de reflexión para la humanidad. En la filosofía griega, la felicidad se concebía como un estado de plenitud que dependía de diversos factores. Entre ellos se incluían la buena fortuna, el goce supremo de bienaventuranza, la satisfacción general con la vida y la posesión de bienes supremos (Abbas et al., 2024). Los pensadores clásicos en su mayoría enfatizaron la virtud de la vida contemplativa más que de la satisfacción experiencial, semejante a los filósofos cristianos, quienes aseguraban que la vida religiosa era la única manera en la que se podía tener satisfacción duradera, siendo todas las demás cosas insignificantes y pasajeras. Posteriormente, ya situados en el siglo XVIII, la felicidad fue redefinida como una suma de

placeres en la que los criterios de virtud o idoneidad ya no importaban, pero este concepto no fue plenamente aceptado. Muchos pensadores se opusieron bajo la premisa de que no se puede considerar a alguien feliz solo porque aparentemente disfruta la vida; es decir, debe existir una evaluación adecuada de sus condiciones de vida y sus preferencias, que justifiquen su estado de felicidad.

Por tanto, en la medida de tener claro, profundo y elaborado el término de felicidad, Veenhoven (1984), señaló cinco aspectos que se deben considerar para su conceptualización: 1) estabilidad: entendiendo que las personas cambian de opinión, incluso de forma drástica; es decir, una persona puede considerarse infeliz un día y feliz al siguiente, 2) definitividad: el discernimiento sobre la felicidad también puede variar en precisión, no siempre se puede decidir si la vida propia se juzga de manera favorable o desfavorable, incluso en caso de hacerlo, tal afirmación podría ser provisional, 3) énfasis temporal: considerando a la felicidad una evaluación de la vida como un “*todo*”, el juicio sobre ella puede abarcar no sólo el presente, sino también el pasado e incluso la anticipación al futuro; en otras palabras, mientras algunas personas se centran en el día a día, otras evalúan su felicidad a partir de experiencias que se extienden a lo largo del tiempo, 4) consciencia: la felicidad es un estado que figura en la mente por definición, pero no todos los estados de consciencia son igualmente evaluables. La mente es capaz de reprimir o distorsionar la información que tiene almacenada, ante ello, las personas que se consideran infelices podrían mostrarse reacias a reconocerlo, creyendo que están bastante contentas. Este tipo de maniobras defensivas no podrán ser definidas como felicidad, ya que este concepto denota lo que la persona cree firmemente, y 5) oportunidad: un drogadicto dice que honestamente es un hombre feliz, ¿habrá motivos para dudar de su aseveración? El concepto de felicidad no exige que el juicio esté justificado, el grado en que la evaluación subjetiva se ajusta a estándares de una buena vida, es un aspecto variable de la felicidad.

En el campo de la psicología, la felicidad como tema de estudio central fue introducido a través del trabajo realizado por Warner Wilson, quien en su investigación titulada “Correlatos declarados de la felicidad” ofreció todos los datos disponibles hasta 1967 sobre los factores asociados a este constructo. A su vez, hizo una conclusión sobresaliente, que ventajas como la juventud, la educación, la salud y un trabajo que además de gustar es bien remunerado, hacían que las personas fueran más felices. Agregó como características de una persona feliz: la religiosidad, el optimismo, una alta autoestima y el estar casada(o). Después de esta revisión, incrementaron los artículos sobre felicidad, satisfacción con la vida y bienestar, cambiando el foco que la psicología le había dado al estudio de las emociones negativas (Myers & Diener, 1997; Wilson, 1967).

Considerando que la felicidad está asociada a diversas variables psicológicas, percepciones, influencias culturales e incluso progreso económico, y que por lo tanto no es generalizable para su conceptualización y medición, se le ha atribuido el término de bienestar subjetivo.

El elemento subjetivo para el bienestar es esencial, pues cada persona reacciona de manera distinta aún en un mismo escenario o circunstancia. Esta particularidad subyace de sus propias expectativas, historia de vida, creencias y valores.

Desde del planteamiento de Diener, el bienestar subjetivo se refiere al grado de satisfacción que se siente al evaluar la propia vida, y se integra de dos componentes: 1) la satisfacción con la vida, considerada un componente cognitivo que se basa en creencias sobre la vida de forma general o a partir de dominios específicos como la salud, la vivienda, la seguridad, el ingreso económico, entre otros, y 2) el componente emocional relacionado con los afectos positivos y afectos negativos, que son elementos que se correlacionan entre sí y que tienen que ver con la cantidad de sensaciones agradables y desagradables que las personas experimentan día a día, y que pueden ser medidos por su intensidad y frecuencia (Diener et al., 2018).

1.2 Paradigmas, aproximaciones teóricas y modelos explicativos del bienestar subjetivo

Dentro del estudio del bienestar subjetivo se han desarrollado diversos modelos y enfoques acerca de su naturaleza, propiedades generales y correlatos, resultando importante para comprender la profundidad este constructo, identificarlos y conocerlos. De forma inicial, mencionaremos los paradigmas a partir de los cuales se ha entendido al bienestar.

1.2.1 Paradigmas hedonista y eudaimónico

La visión hedonista señala que el bienestar se relaciona con la evitación del dolor incluyendo los cambios emocionales constantes y la búsqueda del placer (Diener, 1984). Diversos estudios basados en esta perspectiva concluyen que el bienestar hedónico se relaciona significativamente con una salud óptima, longevidad, buenas y muchas relaciones sociales, buen desempeño laboral y con la creatividad (Diener et al., 2018). Asimismo, en las últimas décadas los estudios basados en esta perspectiva buscan identificar la forma en la que las personas evalúan los elementos que le dan mayor placer y significado a su vida (Diener et al., 2018; Steger et al., 2006; Westerhof & Keyes, 2010).

Por otro lado, la tradición eudaimónica se erige como la tendencia natural de vivir la vida de manera plena; aquí, el grado de satisfacción con la vida está orientado hacia la autorrealización y una vida con propósito. Este enfoque implica alcanzar metas, incluso si eso requiere posponer el placer inmediato (Ryff, 1989). En opinión de Diener et al. (2009) en el campo científico, será la perspectiva del propio individuo la que determinará su bienestar, y no los paradigmas filosóficos al respecto. Por ende, el bienestar subjetivo puede ser analizado a partir de ambas tradiciones, ejemplo de ello es que pocas personas estarían satisfechas con una vida de experiencias positivas únicamente, sin una justificación o sin el proceso que las lleva a alcanzar metas significativas (Cuadra & Florenzano, 2003).

Ahora bien, entendiendo que cada persona tiene experiencias que afectan su bienestar y la forma en que este continúa a lo largo de su vida, vale la pena tener claro qué aspectos, áreas y condiciones ejercerán en mayor o menor medida cambios, adaptación y ajustes en el bienestar subjetivo. Por ello resulta importante entender la relación entre los diferentes dominios y las aproximaciones teóricas acerca de este constructo (Flores-Cano, 2020).

1.2.2 Modelo Sumativo Ponderado (Bottom-up) y Modelo Multiplicativo (Top-down)

En un intento por definir los correlatos y propiedades generales del bienestar subjetivo, Diener (1984) distinguió entre los procesos sumativos ponderados, enfoque que se construye bajo la idea de que un individuo será feliz si las circunstancias le permiten cubrir sus necesidades básicas y universales, y el modelo multiplicativo propuesto por Kozma y Stones (1980, 1983). El primer enfoque hace referencia a la magnitud en que las situaciones, eventos externos, características demográficas, etcétera, impactan en el bienestar subjetivo.

De hecho, se han propuesto diversos modelos estructurales prototípicos que definen al bienestar subjetivo como la suma de la medición de sus componentes, otros modelos determinísticos lo reducen a la proporción de necesidades satisfechas (Wilson, 1967). La característica común de estas formulaciones es la creencia de que el bienestar subjetivo es el resultado de vivenciar reiteradamente momentos de felicidad en el transcurso de la vida (Diener et al., 1991).

Por otro lado, el modelo multiplicativo asume que existe una predisposición para reaccionar de manera feliz, así, los niveles de satisfacción con la salud, el ingreso, la casa, etcétera, están parcialmente determinados por dicha predisposición, la cual es medida a través de índices globales.

1.2.3 Enfoque de personalidad y de predisposición

El enfoque de personalidad deviene del modelo sumativo ponderado en el que la felicidad más que una predisposición estable se ve como una función determinada por dos rasgos de la personalidad y su influencia estabilizadora, según Costa y McCrae (1984) la extroversión como promotor de la felicidad y el neuroticismo como el rasgo que la disminuye. Por su parte, el enfoque de predisposición a la felicidad sugiere que las personas tienen una tendencia inherente a evaluar su vida de manera positiva o negativa, como resultado de la coexistencia entre sus rasgos de personalidad y diferencias individuales, sin importar las circunstancias externas, esto implica que ciertos rasgos de personalidad, como el optimismo o el neuroticismo, pueden predisponer a una persona a experimentar niveles más altos o bajos de bienestar subjetivo de manera consistente (Kozma y Stone, 1983).

1.2.4 Modelos Télicos o de Estado Final

Estos modelos postulan que la felicidad se alcanza cuando se satisfacen ciertas necesidades o se cumplen determinados objetivos, muchos modelos reactivos sumativos ponderados son también modelos télicos. Las variables que interfieren en el bienestar subjetivo de acuerdo con estos modelos devienen de las metas que las personas pudieran desear y que a corto plazo les brindarán felicidad, pero que perjudicarán el logro de otros objetivos.

También podrían tener relación con la inconsistencia de metas y deseos de los individuos para su completa satisfacción, con la falta de propósitos para experimentar felicidad, e incluso con la incapacidad de lograr metas por la ausencia de habilidades o por condiciones inadecuadas (Diener, 1996).

Diener (1994), mencionó que por defecto estos modelos son difíciles de reproducir empíricamente toda vez que los estados finales rara vez han sido claramente definidos, la suposición de estos modelos es que, a medida que aumenta la privación, incrementa también la infelicidad y, como consecuencia mayor será la percepción de bienestar al lograr

una meta. Sin duda, este modelo resalta la importancia del bienestar subjetivo, enfatizando que es el proceso realizado para la obtención de una meta más importante para las personas que el logro *per se*, según esto, las personas con grandes ambiciones, pero con pocos resultados se sentirán satisfechas siempre y cuando perciban que están en el camino adecuado. En contraste, un nivel bajo de ambición pudiera ser un reflejo de un historial de fracasos que no podría predecir niveles positivos de bienestar subjetivo (Anguas, 1997).

1.2.5 Enfoque de juicios por comparación

Este enfoque propone que la felicidad es el resultado del contraste entre las condiciones reales y un estándar, de tal manera que si el estándar es superado por las condiciones reales se dará la felicidad. La limitante de los modelos que se encuentran en esta clasificación es que no predicen qué sucesos serán negativos y cuales positivos, no obstante, sí aportan información para anticipar la magnitud de la felicidad producida por cada evento (Diener, 2000).

Los modelos de este enfoque pueden clasificarse con base a otros individuos o con la vida pasada de la misma persona. Desde esta óptica, los autoreportes sobre satisfacción con la propia vida, no representan válida y necesariamente el estado interno y subjetivo del bienestar, sino de los juicios que están sujetos a diversas influencias (Schwarz & Strack, 1991).

1.2.6 Teoría de las Múltiples Discrepancias

Esta teoría surge del enfoque de juicios por comparación y fue propuesta por Michalos en 1985, versa sobre la idea de que las personas se comparan con otras personas, situaciones del pasado, aspiraciones y niveles ideales de satisfacción, así, el resultado sobre el juicio sobre la satisfacción con su vida proviene de la discrepancia entre sus condiciones actuales y los estándares con los que se comparan. Wood (1996) agregó que las comparaciones pueden incluso provenir de relatos leídos o personas imaginadas, y que la reacción ante las comparaciones sociales incluye la observación de similitudes y diferencias entre el otro

y uno mismo, involucrándose una gran variedad de respuestas cognitivas, afectivas y conductuales.

1.2.7 Teorías de la Actividad

Una vez abordado el locus de la felicidad en relación con los estados finales, podemos centrarnos en las teorías que afirman que la felicidad es un producto de la acción humana. Una representación clara de estas teorías es la felicidad que se produce al correr un maratón más allá de ser el primero en completar el circuito. En estas teorías se dice que la autoconciencia disminuye la felicidad, ya que se sugiere que las personas deberían enfocarse en actividades y metas significativas para que la felicidad surja de manera indirecta (Csikszentmihalyi & Figurski, 1982).

1.2.8 Enfoque de las influencias psicosociales

La perspectiva integral de este enfoque considera la interacción e influencia de factores biológicos, psicológicos y sociales en el bienestar y desarrollo de las personas. Su objetivo es comprender cómo estas dimensiones se combinan y se interrelacionan para moldear tanto la experiencia individual como colectiva. Este enfoque resulta crucial, ya que reconoce la conexión entre los aspectos internos (como emociones y cogniciones) y los contextuales (como relaciones interpersonales y entorno social) (Engel, 1977), lo cual permite una comprensión más profunda de los problemas humanos y, en consecuencia, intervenciones más eficaces.

Cabe mencionar que, considerando este enfoque, este proyecto plantea que los factores psicológicos y sociales influyen significativamente en los sentimientos y las percepciones de los sujetos de estudio, así como en sus niveles de bienestar, permitiendo observar en qué medida se manifiestan las relaciones esperadas.

1.2.9 Teoría del Bienestar Subjetivo de Diener

Esta teoría fue desarrollada en 1984, por Ed Diener, en el campo de la psicología positiva es una de las más influyentes y ha sido fundamental para el desarrollo de escalas y cuestionarios; se centra en la manera en que las personas experimentan y evalúan sus vidas, tanto en términos emocionales como cognitivos (Muñoz Umaña, 2007). Desde esta teoría, el bienestar subjetivo tiene tres características, en primer lugar, su carácter global que incluye una valoración de todos los elementos de la vida de una persona y no meramente de áreas específicas como el trabajo o las relaciones personales; en segundo lugar, su naturaleza subjetiva, que se basa en la experiencia y percepción individual de la persona, y por último, la presencia de afectos positivos, pues no es suficiente la ausencia de afectos negativos para definir un alto bienestar subjetivo (Diener, 1984).

1.3 Estructura del bienestar subjetivo desde la Teoría de Diener

El balance de los afectos y la satisfacción con la vida son los dos componentes principales del bienestar subjetivo. La satisfacción con la vida es definida por Diener y Larsen (1993) como una apreciación consciente e integral sobre la propia existencia, señalando respecto al equilibrio de los afectos, que es la suma de experiencias emocionales ante los eventos de la vida, existiendo la posibilidad teórica de que una persona esté satisfecha con su vida a pesar de que no experimente muchas emociones placenteras o bien, que una persona aun experimentando muchas emociones confortables no se sienta a gusto con su vida (Suh et al., 1997).

De acuerdo con Anguas (1997), el componente de satisfacción con la vida posee una organización específica influenciada indudablemente por la cultura y la manera en que cada persona percibe su vida, en congruencia con esto, se sabe que la estructura de la satisfacción cambia de acuerdo con los diferentes grupos etarios (Cutler, 1979). Así, aunque no se ha identificado un esquema universal en el ámbito de la satisfacción, es

probable que se pueda encontrar una estructura similar en un conjunto de culturas o grupos afines.

Con relación a los afectos positivos y negativos, Diener y Emmons (1984) evidenciaron que existe independencia entre ellos, toda vez que gracias a que muestrearon el afecto a través de varios periodos de tiempo, midiendo el grado en que las personas experimentan gozo, enojo o tristeza, sin restringir estas emociones a situaciones particulares, encontraron que los afectos positivos y negativos correlacionaban negativamente en un momento particular de tiempo. Sin embargo, la relación entre ambos decrementaba a medida que aumentaba el lapso temporal. Por ello, los rangos promedio de afecto se refieren a la conjunción entre la frecuencia de cada emoción y la intensidad con la que es percibida, resultando los niveles de los afectos positivos y negativos independientes. No obstante, vale la pena aclarar que la teoría de Diener supone una relación entre el afecto positivo y el afecto negativo, pues cada tipo de afecto tiende a suprimir al otro, siendo este mecanismo supresor el motivo por el cual los dos tipos de afectos están relacionados en términos de su frecuencia de ocurrencia. Es decir que, mientras más se sienta el afecto positivo o negativo menos se experimentará el otro tipo de afecto, pero, cuando se miden los niveles promedio del afecto positivo y negativo que consideran frecuencia e intensidad, la correlación entre ellos resulta negativa (Diener, 1984).

1.4 Predictores del bienestar subjetivo

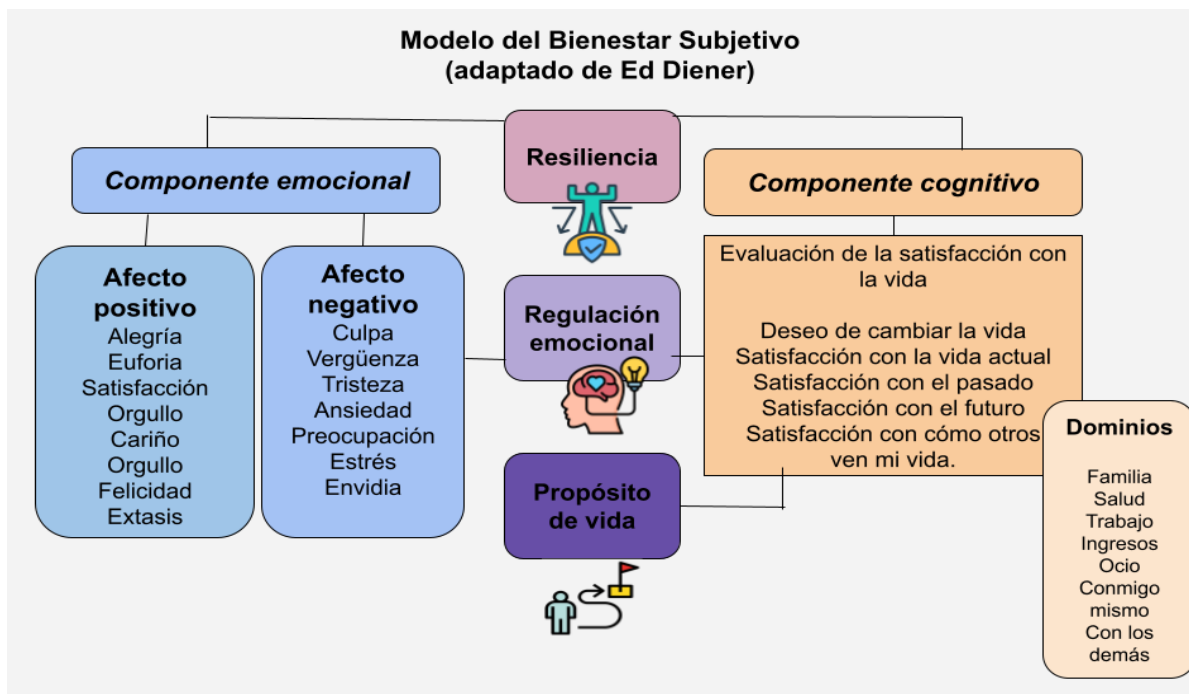
Actualmente hay una amplia cantidad de estudios sobre los correlatos del bienestar subjetivo, y es que la mayoría de las teorías en torno a este constructo son sumatorias ponderadas, en las que se asume que el bienestar subjetivo puede ser transformado si y solo si se modifican sus características predictoras. Por ende, si se logra determinar la contribución de cada predictor se podrá explicar la varianza del bienestar subjetivo. Kozma

et al. (1991) agruparon en seis categorías las características predictoras: 1. satisfacciones subjetivas, que se refieren a la percepción personal de bienestar y satisfacción con la vida, incluyendo aspectos como el sentido de logro en diferentes áreas; 2. características demográficas como la edad, el género, el estado civil y la situación económica que influyen en las prioridades o preocupaciones de una persona; 3. involucramiento en actividades sociales y físicas, mismas que implican interacción social y que están asociadas a una mejor salud mental y física; 4. acontecimientos críticos a través de la vida, definiendo a estos, como eventos significativos que tienen un impacto en la trayectoria de una persona y que a menudo requieren adaptaciones importantes; 5. factores ambientales, incluyen el entorno físico y social en que una persona vive y se desenvuelve, los espacios verdes, la calidad del aire, el vecindario, la seguridad y el apoyo social, y 6. factores de personalidad, haciendo referencia a los rasgos que pueden influir en cómo una persona responde a su entorno, entre ellos se puede citar al optimismo, la regulación emocional, la resiliencia o la extroversión.

La siguiente figura muestra los principales componentes del modelo de bienestar subjetivo, incluyendo los tres predictores que fueron analizados en esta investigación (resiliencia, regulación emocional y propósito de vida) mostrando el vínculo teórico entre todas las variables de estudio.

Figura 1

Modelo de bienestar subjetivo incluyendo los tres predictores analizados en esta investigación.



Nota. Esta imagen fue adaptada del modelo de los componentes del bienestar subjetivo según Diener et al. (1999).

Por otra parte, comenzando por la categoría de las satisfacciones subjetivas, los investigadores incluyen a la vivienda, no solo en términos de las características físicas de un inmueble, sino también considerando su impacto en el bienestar subjetivo de las personas. El estudio realizado por Kozma et al. (1991) demuestra que la relación entre el bienestar subjetivo y las condiciones de la vivienda es particularmente fuerte en sujetos institucionalizados, resaltando cómo las características del entorno habitable influyen en la percepción de calidad de vida de los individuos en situaciones de vulnerabilidad. En este sentido, el tipo de vivienda y las condiciones en las que se vive pueden ser predictores significativos del bienestar, especialmente cuando las personas tienen menos control sobre su entorno.

En esta categoría también se incluye el estatus laboral, pues se sabe, que la satisfacción en el trabajo está estrechamente vinculada a factores cognitivos como las aspiraciones, la sensación de control y las comparaciones con los empleos de otros (Judge & Bono, 2001; Spector, 1986).

Sobre la siguiente categoría (características demográficas), los países con mayor solvencia económica tienden a mostrar un alto nivel de bienestar subjetivo. Factores como la edad también tienen efectos interactivos muy importantes para el diseño de estrategias de intervención, las cuales estarían encaminadas a mejorar el bienestar subjetivo de los adultos mayores desde el cuidado de la salud física en lugar de incrementar el tamaño de su red social, como sería en el caso de los jóvenes (Kozma & Stones, 1980).

En tercer lugar, la categoría de actividad social es un indicador complejo y multidimensional que puede ser estudiado a partir de las diferencias en los contactos sociales entre la familia y los amigos, el número de personas que conforman la red social y la intimidad y compañía. El resultado de un estudio cuantitativo señala que la amplitud de la interacción social es mejor predictora del bienestar subjetivo que la interacción repetida con las mismas personas (Okun et al., 1984).

En investigaciones sobre eventos de la vida relacionados a la cuarta categoría, el deterioro del bienestar subjetivo está asociado a aquellos sucesos críticos, como: la aparición de una enfermedad terminal, la muerte repentina de un hijo, el ingreso a la cárcel o cualquier otro cambio aversivo, siendo los seres humanos los únicos que poseen la habilidad única para mantener o recuperar, pese a ese tipo de adversidades, altos niveles de bienestar subjetivo. Para ejemplificar esta habilidad, Brickman et al. (1978), contrastaron los niveles de bienestar subjetivo de una muestra de personas con parálisis por accidente a un año de haber sufrido el percance, con una muestra de ganadores de lotería, encontrando que los niveles de bienestar subjetivo de las víctimas no eran tan diferentes de los ganadores de lotería ni del grupo control, como se hubiera esperado.

Ahora bien, existen rasgos de la personalidad vinculados a la sexta categoría, que están causalmente relacionados con el bienestar subjetivo o son componentes de él. Por ejemplo, el locus de control a través del cual las personas otorgan el control de sus vidas a fuerzas externas o internas ha demostrado estar vinculado positivamente con el bienestar subjetivo, al igual que la autoestima. Morganti et al. (1990) señalaron que las características de la población influyen para que el control percibido pueda estar relacionado positivamente con el bienestar subjetivo de muestras normales de la comunidad, en contraste, mencionaron que la relación sería negativa con muestras de personas institucionalizadas.

1.5 Medición del bienestar subjetivo

El concepto de “escala”, es usado de dos maneras distintas en la medición del bienestar subjetivo, en la psicometría usual, como un indicador que pudiera estar basado en un único reactivo o en varios reactivos que se combinan para producir un solo puntaje, desde la perspectiva formal de la psicometría, puede medirse como un conjunto de categorías de respuesta que incluyen un gran número de diferentes reactivos ya sea para formar una simple medida de bienestar subjetivo o para obtener medidas de distintos conceptos de bienestar subjetivo.

La medición del BS se basa en autoinformes y encuestas que solicitan a los individuos que evalúen su propia calidad de vida, felicidad y satisfacción con diferentes aspectos de su vida, como la salud, las relaciones interpersonales, el trabajo y las condiciones económicas. Estas mediciones no solo proporcionan información valiosa para la formulación de políticas públicas y la planificación social, sino que también permiten a los investigadores comprender de manera más profunda los factores que influyen en la percepción del bienestar individual. No obstante, este procedimiento puede estar sujeto a errores por la deseabilidad social, la tendencia a responder en función de la forma del reactivo en lugar de su contenido y el engaño (Kozma et al., 1991).

1.6 Bienestar subjetivo en personas privadas de libertad

El bienestar subjetivo en personas privadas de libertad es un tema complejo y multifacético que ha captado mayor atención en los últimos años debido a sus implicaciones en la salud mental y la rehabilitación. La privación de libertad puede afectar considerablemente el bienestar subjetivo ya que las condiciones de encarcelamiento suelen estar marcadas por factores estresantes como la separación familiar, la falta de autonomía y las condiciones de vida precarias, mostrando que las personas institucionalizadas a menudo reportan menores niveles de satisfacción con la vida, así como mayores niveles de ansiedad y depresión en comparación con la población general. No obstante, en el contexto de un individualismo acentuado dentro de la cultura carcelaria, las personas tienden a enfocarse en sus propias metas y deseos, percibiéndose así mismas como una unidad aislada. Por lo tanto, es probable que den mayor importancia a su bienestar y busquen alcanzarlo con mayor determinación (Anguas, 1997).

En México, el bienestar subjetivo de la población reclusa se ve afectado por la sobrepoblación y la violencia; en comparación con otros países, las personas privadas de libertad enfrentan desafíos únicos que impactan significativamente su percepción de bienestar, pues además de la edad, el género y las estrategias de afrontamiento, los contextos culturales y penitenciarios juegan un papel crucial en la adaptación y el bienestar subjetivo de estas personas. De acuerdo con González-Villalobos y Marrero (2017), las relaciones familiares y comunitarias son muy valoradas en la cultura mexicana. Por tanto, la falta de contacto con el mundo exterior y la separación de la familia pueden tener un impacto profundo en el bienestar subjetivo de los reclusos. Además, la estigmatización social de los ex-reclusos puede dificultar su reintegración y afectar su bienestar a largo plazo. Por otra parte, el sistema penal mexicano también juega un papel importante, en las últimas décadas ha pasado por varias reformas significativas que tienen como objetivo mejorar la justicia y las condiciones de vida de los reclusos, de esto se hablará con mayor

detalle en el tercer capítulo.

Finalmente, intervenciones como programas de educación, terapia cognitivo-conductual y apoyo social pueden reducir las tasas de reincidencia y mejorar significativamente el bienestar subjetivo de los reclusos mexicanos preparándolos para una reintegración más efectiva en la sociedad.

Capítulo II. Resiliencia, regulación emocional y propósito de vida

En este capítulo se abordan tres constructos determinantes en la configuración del bienestar subjetivo, la resiliencia como la capacidad de adaptación ante la adversidad; la regulación emocional como el manejo consciente de las propias emociones; y el propósito de vida, como sentido y dirección existencial. Estos recursos psicológicos adquieren especial relevancia en contextos de encierro, donde influyen significativamente en la estabilidad emocional, la adaptación y la percepción de bienestar.

2.1 Resiliencia

La investigación acerca de la resiliencia ha evolucionado desde identificar factores o cualidades resilientes hasta entender los procesos de adquisición de este constructo y desarrollar instrumentos de medición. Factores de riesgo y de protección modulan la resiliencia, y la familia, así como la escuela juegan un papel determinante al exhibir características de afecto, cohesión y soporte (Chen et al., 2023).

2.1.1 Origen y concepto de resiliencia

El concepto de resiliencia ha ganado relevancia en la psicología, su origen proviene de la física, donde hace referencia a la capacidad de un material para volver a su forma original después de ser deformado.

Este término se usa en este campo para explicar cómo algunas personas pueden superar traumas y dificultades significativas sin desarrollar problemas psicológicos graves (Becoña, 2006). Resaltando que la resiliencia no es una característica innata, sino un proceso dinámico que se desarrolla a lo largo del tiempo mediante la interacción de factores individuales y ambientales (Rodríguez Piaggio, 2009). Agregando que, las personas pueden no solo recuperarse de la adversidad, sino también crecer y fortalecerse a partir de ella.

2.1.2 Modelos de resiliencia

Como cualidad multifacética y esencial en el contexto moderno, la resiliencia puede ayudar a los individuos, comunidades o sistemas a enfrentar y adaptarse exitosamente a los cambios y desafíos. Para su comprensión y aplicación es inminente explorar y conocer los modelos en torno a ella. La interacción persona-ambiente y las formas en que cada persona responde a las amenazas y desafíos del medio son importantes desde el enfoque psicobiológico de la resiliencia, el cual sitúa a la persona como referencia de un sistema de interacciones favorables o desfavorables (Ospina, 2007). De este enfoque se derivan dos generaciones de investigadores y los siguientes modelos teóricos (Infante, 2002).

2.1.2.1 Modelo triádico de resiliencia

En este modelo, las cualidades personales que se consideran factores resilientes están organizados en tres categorías: atributos individuales como la autoestima y la autonomía, características familiares como la presencia de alguien significativo, y las condiciones sociales ambientales como el nivel socioeconómico que ayuda a superar la adversidad. La generación de investigadores caracterizada por su enfoque genético e individualista emergió a principios de los años 70's (Infante, 2002). Por otro lado, la pregunta, ¿Cuáles son los procesos vinculados a la adaptación positiva dada la adversidad?, orientó los trabajos de la segunda generación de investigadores, de donde se distinguen tres modelos:

1. El de Rutter (1987), donde es más importante identificar los mecanismos protectores que los factores de riesgo.
2. El modelo de Grotberg (1995) en el que la resiliencia surge de la interacción entre tres componentes clave: el apoyo social externo (yo tengo), las habilidades interpersonales (yo puedo) y las fortalezas personales (yo estoy y soy).
3. El modelo ecológico-transaccional planteado por Bronfenbrenner, desde el cual Luthar et al. (2000), consideraron al desarrollo humano como un efecto de la interacción entre los entornos familiar, social, cultural y los factores individuales.

En conjunto, estos modelos destacan las posibilidades que tiene esta investigación en la prevención y cuidado de la salud de la población objeto de estudio, porque más allá de identificar factores de riesgo o factores protectores, se enfoca en conocer las razones por las cuales algunas personas no resultan dañadas por la privación, integrando la dinámica subyacente de cada situación y las características personales únicas de cada individuo que sale fortalecido ante la adversidad (Infante 2002; Rutter, 1987). Además, a partir del modelo de Grotberg, ahora se reconoce que fomentar el uso de verbalizaciones generadoras de resiliencia, autoestima, confianza, autonomía y competencia social en uno mismo y en el entorno es imprescindible, como lo es también la integración persona-ambiente, donde la percepción que se tiene del ambiente es más importante que su existencia como una realidad “objetiva” para incrementar la capacidad de descubrir, mantener y modificar esta interacción (Grotberg, 1995; Morelato, 2011).

2.1.3 Resiliencia y bienestar subjetivo

La resiliencia y el bienestar subjetivo están profundamente interconectados. A lo largo de la historia, la capacidad de adaptarse y recuperarse de las adversidades ha demostrado ser crucial para mantener una percepción positiva de la vida y un equilibrio emocional saludable, pero ¿cómo explicar este vínculo?, en los distintos modelos de resiliencia se hace hincapié en la interacción transaccional entre la persona y el entorno, donde los individuos movilizan recursos personales y sociales en respuesta a las situaciones estresantes para protegerse de los riesgos, actuando la resiliencia como una capacidad disposicional que conduce al funcionamiento adaptativo a través de la forma en que se construye el entorno social, el futuro y la propia identidad (Mak et al., 2011).

En otras palabras, se sugiere que las personas resilientes hacen uso de las emociones positivas para recuperarse de las adversidades. De acuerdo con Wagnild y Young (1990) y Werner y Smith (1992), las personas resilientes son seguras de sí mismas, autoeficaces y determinadas, estas características las impulsan a buscar experiencias que

reflejan positivamente su bienestar y a creer que son dignas de mejores condiciones de vida.

Se ha demostrado que las personas resilientes tienen un enfoque energético ante la vida, una visión positiva del mundo que los motiva a seguir adelante (Parr et al., 1998) y a encontrar soluciones para abordar los problemas. En un estudio longitudinal entre estudiantes universitarios, aquellos que tenían una visión positiva del mundo se reportaban más felices y más saludables (Feist et al., 1995).

Fomentar la resiliencia puede ser una estrategia efectiva para mejorar el bienestar subjetivo, lo que subraya la importancia de intervenciones centradas en fortalecer este aspecto en diversas poblaciones. Y es que se ha observado, que las personas resilientes tienden a tener una mayor percepción de bienestar y un mejor equilibrio. Del mismo modo, como resultado de un estudio longitudinal, Ryff y Singer (1998) señalan que las personas con altos niveles de bienestar subjetivo son más resilientes ante los desafíos de la vida mostrando una mayor adaptabilidad en comparación con aquellas con menor bienestar subjetivo.

2.1.4 Resiliencia en personas privadas de libertad

El contexto de la privación de libertad presenta múltiples desafíos para los individuos que deben enfrentar una serie de obstáculos físicos, psicológicos y sociales. Sykes (1958) en su obra clásica *The Society of Captives* describe cómo la privación de libertad crea una serie de tensiones sociales y psicológicas que generan efectos negativos en la salud mental y emocional de las personas, lo que puede afectar su bienestar general. No obstante, las PPL no son víctimas pasivas de su entorno, muchas de ellas muestran una notable capacidad para adaptarse y encontrar formas de resiliencia frente a la adversidad.

Bonanno (2004) plantea que, pese al estrés crónico y las experiencias traumáticas comunes en prisión, las PPL con altos niveles de resiliencia son capaces de gestionar estos eventos de manera que no afecten su bienestar a largo plazo.

La resiliencia en las personas privadas de libertad está influenciada por diversos factores, que pueden clasificarse en tres categorías principales: a) factores individuales: como la personalidad, las habilidades cognitivas y emocionales, así como las estrategias de afrontamiento; b) factores sociales: como el apoyo social que es uno de los más poderosos que promueve la resiliencia en las PPL. Según Hirschi (1969), las relaciones interpersonales positivas, tanto dentro como fuera de la prisión, ayudan a reducir el estrés y a mejorar el bienestar. Las personas que tienen una red de apoyo sólida, ya sea a través de amigos, familiares o compañeros de prisión, suelen tener una mayor capacidad para afrontar las adversidades y mantener un sentido de identidad y propósito; c) factores contextuales como las condiciones dentro de las instituciones penitenciarias también juegan un papel en la resiliencia de las PPL. La existencia de programas educativos, laborales y terapéuticos dentro de la prisión contribuye significativamente a la resiliencia.

Gendreau et al. (2014) sugieren que las oportunidades para aprender nuevas habilidades y desarrollarse personalmente son esenciales para promover la resiliencia en el sistema penitenciario, ya que les permite a los internos encontrar un sentido de propósito y control sobre sus vidas.

El fomento de la resiliencia en las PPL tiene implicaciones directas en los procesos de rehabilitación y reintegración social. De acuerdo con Bonanno (2004), las personas resilientes son menos propensas a desarrollar trastornos mentales a largo plazo y tienen una mayor probabilidad de adaptarse con éxito a la vida fuera de la prisión.

Programas de intervención que promueven la resiliencia, como la terapia cognitivo-conductual, los programas de educación emocional, y la participación en actividades recreativas, han demostrado ser efectivos para mejorar el bienestar de los internos y reducir las tasas de reincidencia (Gendreau et al., 2014). La resiliencia, por lo tanto, no solo se trata de sobrevivir a las adversidades de la cárcel, sino de prepararse para un futuro más positivo y funcional.

En conclusión, la resiliencia en las personas privadas de la libertad es un proceso multifacético que depende de una serie de factores individuales, sociales y contextuales, donde las condiciones de vida penitenciaria presentan importantes retos psicológicos y emocionales, pero a la vez, permite a muchos internos superar estas dificultades y encontrar formas de adaptarse positivamente a su entorno.

2.2 Regulación emocional

El proceso por el cual las personas ajustan sus emociones y cambian su comportamiento para lograr objetivos, adaptarse a su entorno y fomentar el bienestar personal y social se denomina regulación emocional (Eisenberg & Spinrad, 2004; Thompson, 1994). Además de ser crucial para la salud y el bienestar personal, la regulación emocional impacta en las relaciones interpersonales y el rendimiento en diversos ámbitos, como el trabajo, la educación y la salud mental. A lo largo del tiempo, se han desarrollado diversas teorías y modelos explicativos sobre la forma en que las personas regulan sus emociones y sobre los factores que influyen en este proceso.

2.2.1 Origen y concepto de la Regulación emocional

La investigación de las emociones y su impacto en la salud mental dieron origen al estudio de la regulación emocional, este concepto tiene sus raíces en la psicología clínica y la teoría de las emociones. En 1992, Paul Ekman sugirió que las emociones básicas son universales y que están asociadas con respuestas fisiológicas específicas; sin embargo, con el paso del tiempo, otros investigadores apuntan a que las personas pueden desarrollar estrategias para gestionar estas respuestas emocionales, destacando la influencia del autocontrol y la capacidad de inhibir respuestas emocionales inapropiadas (Baumeister et al., 2007).

En la actualidad, las investigaciones han revelado que la regulación emocional es un proceso dinámico, que incluye la revalorización cognitiva, la supresión emocional, la aceptación, entre otros mecanismos. De acuerdo con Gross (2002), la regulación emocional

determina, cuándo, cómo y qué emociones se experimentan, y la manera en que se expresan. En términos generales, esta capacidad se desarrolla a lo largo de la vida y en la interacción con factores sociales, biológicos y culturales, por tanto, no es innata.

Continuando con la descripción de la regulación emocional, Gross (1998) señaló que las estrategias de regulación emocional pueden ser adaptativas o desadaptativas. Las estrategias adaptativas: incluyen la reevaluación cognitiva, que implica cambiar la forma en que se piensa sobre una situación para alterar su impacto emocional. Estas estrategias se asocian con mejores resultados emocionales y psicológicos. En contraste, las estrategias desadaptativas: incluyen la supresión emocional, que consiste en intentar inhibir la expresión de emociones asociándose con resultados negativos, como un mayor estrés y problemas de salud mental.

2.2.1.1. Estrategias de la regulación emocional

Las estrategias de regulación emocional son fundamentales para manejar las emociones en situaciones estresantes. Garnefski et al. (2001) desarrollaron el Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ), una herramienta ampliamente utilizada para evaluar las formas en que las personas manejan sus emociones después de eventos negativos. A continuación, se detallan las nueve dimensiones de este instrumento.

Dentro de las estrategias adaptativas, encontramos:

1. Aceptación, que permite a las personas experimentar las emociones sin juicio, lo que facilita la autorregulación emocional a largo plazo. La aceptación está asociada con una mayor adaptación al estrés (Hayes et al., 1999), y estudios posteriores, como los de Rottenberg et al. (2024) encontraron que también está vinculada con menores niveles de ansiedad, depresión y un mayor bienestar psicológico. Un ejemplo de esta estrategia puede ser que después de una discusión con un amigo cercano, se decide aceptar el sentimiento de tristeza y darse un espacio para procesarlo, en lugar de reprimirlo o ignorarlo.

2. Reenfocarse en los planes, implica centrarse en las acciones que ayuden a superar una situación adversa, en lugar de enfocarse en la emoción negativa. Esta estrategia permite reorientar la atención hacia objetivos y soluciones, promoviendo un afrontamiento más eficaz. Una revisión meta-analítica de las estrategias de regulación emocional en la psicopatología realizada por Aldao et al. (2010) señala que particularmente esta estrategia está asociada con una mayor resiliencia y mejor salud mental.
3. Enfocarse en lo positivo, consiste en centrarse en los aspectos positivos de una situación negativa o difícil, con la finalidad de reconfigurar la experiencia emocional que minimiza el impacto de lo negativo y amplifica los aspectos constructivos. Ejemplo de ello es el estudio realizado por Tugade y Fredrickson (2004) sobre las personas resilientes que utilizan emociones positivas para recuperarse de experiencias negativas, en el cual demostraron que enfocar la atención en lo positivo es una estrategia asociada con una mayor capacidad para manejar el estrés y para mejorar el bienestar físico y mental.
4. Reevaluación positiva, permite reinterpretar eventos de forma positiva, buscando dar valor y propósito a las experiencias, sin negar los sentimientos de ira, miedo, tristeza o angustia que se pueden experimentar en situaciones estresantes. Estudios como el de Ochsner et al. (2002) han señalado que esta estrategia fomenta una perspectiva saludable y constructiva de las experiencias de las personas ayudando a reducir sus emociones negativas.

Respecto a las estrategias desadaptativas, tenemos:

1. Auto-culpa, esta estrategia está fuertemente asociada con sentimientos de vergüenza, de hecho, ha sido vinculada con trastornos emocionales como la depresión (Tangney et al., 2007). Implica atribuirse la culpa por un evento o situación desafiante, lo que puede intensificar el malestar emocional, dificultar la resolución

del problema e incrementar la rumiación, perpetuando así el sufrimiento emocional (Nolen-Hoeksema, 2000).

2. Culpar a otros, en esta estrategia una persona transfiere la responsabilidad de sus errores o problemas a otras personas o situaciones, evitando la autocrítica o la incomodidad emocional que podría surgir al asumir la responsabilidad de las propias acciones o decisiones. Sigmund Freud definió esta estrategia como un mecanismo de protección del ego contra el dolor psíquico. Un estudio de Taylor y Brown (1988) sugiere que las personas que evitan la autocrítica y culpan a los demás pueden generar relaciones interpersonales deterioradas, haciendo que las personas que los rodean se sientan injustamente acusados, además de que limita su crecimiento personal y proceso de aprendizaje. Un ejemplo de esta estrategia, en el ámbito familiar, es cuando un hijo que, después de cometer un error, culpa a sus padres por no haberle enseñado lo que se supone debía saber para evitar una determinada situación, en lugar de asumir su propia responsabilidad.
3. Rumiación, en 2020 se encontró gracias a los datos aportados por una revisión sistemática sobre la relación entre la rumiación cognitiva y las psicopatologías internalizantes, que esta estrategia es un predictor clave de trastornos de ansiedad y depresión (Toro et al., 2020). Sobre la relación entre la rumiación y la regulación emocional, Watkins (2008) señaló que la rumiación está asociada con una mayor intolerancia a la frustración y el uso de otras estrategias desadaptativas. Pero ¿en qué consiste esta estrategia?, la rumiación implica pensar repetidamente en la causa de emociones negativas, sin tratar de encontrar soluciones prácticas, prolongando así angustia emocional y dificultando el afrontamiento. Nolen-Hoeksema (2000) demostró que la rumiación prolongada empeora los síntomas de trastornos emocionales y dificulta el proceso de recuperación.

4. Catastrofización, consiste en imaginar el peor escenario posible en una situación, lo que intensifica el estrés y la angustia. Este patrón de pensamiento negativo puede tener varios efectos adversos en la salud mental; por ejemplo, altos niveles de estrés e incapacidad para tomar decisiones debido al miedo constante a las peores situaciones (Borkovec et al., 1983). Álvarez Astorga et al. (2021) investigaron la presencia de pensamientos catastróficos en una población de pacientes con migraña, los resultados mostraron que el 34.4% de los participantes con migraña crónica y episódica presentaban altos niveles de catastrofización. En este estudio los pacientes que catastrofizaban tendían a magnificar las consecuencias negativas del dolor y a sentirse indefensos ante su condición, lo que exacerbaba su malestar emocional y físico y el uso excesivo de medicación sintomática.
5. Poner en perspectiva, es una estrategia que implica evaluar una situación desde diferentes ángulos para reducir su impacto emocional. Sin embargo, cuando se utiliza de la manera desadaptativa, puede llevar a minimizar problemas importantes para enfrentar situaciones difíciles, negando la gravedad del asunto o realizando una comparación constante con situaciones peores (Ursu & Măirean, 2022). Un ejemplo de esta estrategia en población reclusa surge de los resultados de la revisión sistemática que realizaron Romero Lara et al. (2020) donde, mujeres privadas de la libertad que usaban esta estrategia de forma desadaptativa a menudo comparaban su situación con la de otras internas en escenarios más extremos, lo que les impedía reconocer y abordar sus propias necesidades emocionales y psicológicas, dificultando así su proceso de rehabilitación. En conclusión, poner las situaciones en perspectiva puede ser útil para disminuir la intensidad emocional, aunque su efectividad depende de la naturaleza de la situación. De acuerdo con Kross et al. (2011), esta estrategia no siempre es adecuada para procesar traumas graves sin una intervención más profunda.

2.2.2 Teorías y modelos de la regulación emocional

Comprender el modo en que los individuos manejan sus emociones implica explorar las teorías y modelos que han intentado explicar este proceso.

La teoría de la regulación emocional se enfoca en la manera en la que las personas manejan y ajustan sus emociones en diversos contextos. Ryff (1995), reconocida por sus estudios sobre la regulación emocional y el bienestar psicológico en diferentes contextos culturales, junto con Kleres (2011), quien ha investigado como se enseñan y aprenden las estrategias de regulación emocional, examinaron la influencia de las normas y prácticas culturales en la regulación emocional individual, y los mecanismos de aprendizaje y transmisión de estas estrategias, concluyendo que la regulación emocional es un proceso dinámico, moldeado tanto por factores individuales como por prácticas culturales, y que desempeña un papel clave en la salud mental y el funcionamiento adaptativo.

Por otro lado, la teoría de la expresión emocional se centra en explorar la forma en que las manifestaciones emocionales varían en diferentes contextos culturales y la manera en que las normas culturales influyen su expresión, incluyendo aquellas socialmente aceptables o aquellas inaceptables en una cultura determinada (Goffman, 2016; Lutz, 1988).

En cuanto a la teoría polivagal de Porges (2001), se subraya el papel del sistema nervioso autónomo, particularmente del nervio vago, en la regulación emocional y las respuestas adaptativas en contextos de seguridad y amenaza.

Con relación al modelo de procesamiento de la regulación emocional de Gross (2002), este distingue entre las estrategias antecedentes, incluidas la elección, la modificación de situaciones y la revalorización cognitiva de las emociones antes de que se experimenten plenamente, y las estrategias consecuentes, que se refieren a la modulación de las emociones una vez que ya se han experimentado, por ejemplo, la supresión emocional o la distracción (Gross, 2002).

Otro modelo importante es el modelo de regulación emocional de Thompson (1994), el cual enfatiza la interacción entre el sistema nervioso y las emociones. Según este autor, la regulación emocional es un proceso que implica la evaluación constante de las experiencias emocionales y la capacidad para modificar las respuestas emocionales a través de la experiencia y el aprendizaje.

Algunos enfoques contemporáneos se centran en la regulación emocional a través de la consciencia plena (mindfulness), donde la aceptación de las emociones tal y como son, sin tratar de cambiarlas o suprimirlas, puede ser más efectiva para la regulación emocional a largo plazo que las estrategias más directas como la represión (Kabat-Zinn, 1990).

2.2.3 Regulación emocional y bienestar subjetivo

La regulación emocional está estrechamente vinculada con el bienestar subjetivo. Estrategias adaptativas como la reevaluación cognitiva están asociadas con mayores niveles de bienestar, mientras que estrategias desadaptativas, como la supresión emocional, suelen correlacionarse con menor satisfacción y mayor malestar psicológico (Gross & John, 2003).

Un estudio realizado en México en 2014 analizó la asociación entre el bienestar subjetivo y variables culturales e individuales que intervienen en la regulación del enojo, considerando posibles diferencias de género. La muestra estuvo conformada por 220 participantes, y se descubrió que las creencias culturales y el uso de estrategias que disminuyen la intensidad del enojo se asocian positivamente con el bienestar subjetivo en relaciones de amistad y en el ámbito laboral (Martínez Pérez & Sánchez Aragón, 2014). También se encontró que al comparar los puntajes promedio de hombres y mujeres en las dimensiones del bienestar subjetivo y las variables culturales e individuales relacionadas con la regulación emocional del enojo, no hubo diferencias estadísticamente significativas, excepto en la variable cultural "alterarse", lo que es congruente con lo planteado por Díaz-

Guerrero (2003), quien señala que en comparación con las mujeres, en el proceso de socialización, es a los hombres a quienes se educa para que sean más agresivos, configurando así una serie de creencias que favorecen la expresión abierta de emociones tales como el enojo. De manera complementaria, el estudio de Hu et al. (2014) identificó que la capacidad de regular las emociones predice una mejor adaptación social, menores niveles de estrés y una mayor resiliencia frente a situaciones adversas. En línea con ello, la investigación neurocientífica de Ochsner et al. (2012) mostró que la activación de regiones cerebrales, como la corteza prefrontal y la amígdala, se asocia con el uso efectivo de estrategias de regulación emocional, lo que respalda la relación entre la capacidad de manejar las emociones y el bienestar subjetivo.

2.2.4. Regulación emocional en personas privadas de la libertad

La regulación emocional desempeña un papel crucial en el bienestar de las personas privadas de la libertad, dado que enfrentan niveles elevados de estrés, aislamiento y adversidad. La evidencia muestra que la falta de habilidades de regulación emocional puede aumentar la incidencia de conductas agresivas, trastornos mentales y suicidio en esta población (Howells et al., 2004).

Intervenciones basadas en la regulación emocional, como programas de mindfulness y terapia cognitivo-conductual, han mostrado una eficacia muy importante para reducir los niveles de ansiedad, depresión y agresividad en entornos penitenciarios (Samuelson et al., 2007). Además, la implementación de estrategias adaptativas, como la aceptación y el cambio cognitivo, se han asociado con una mejor adaptación a la vida en reclusión y una mayor capacidad de reinserción social (Brazão et al., 2018).

2.3 Propósito de Vida

2.3.1 Origen y concepto del Propósito de Vida

En el ámbito de la psicología positiva y las ciencias sociales, el concepto de propósito de vida ha sido ampliamente estudiado. Viktor Frankl (1984), en su obra *El hombre en busca de sentido*, argumentó que encontrar un sentido a la vida es una motivación fundamental para el ser humano, incluso en las circunstancias más adversas. Posteriormente, Ryff y Keyes (1995) incluyeron el propósito de vida como una de las dimensiones esenciales del bienestar psicológico, definiéndolo como la capacidad de tener metas significativas y un sentido de dirección en la vida.

Investigaciones contemporáneas señalan que el propósito de vida implica una orientación hacia metas que trascienden los intereses individuales y que contribuyen a un sentido de significado (Hill & Turiano, 2014; Hill et al., 2016). Este concepto se relaciona estrechamente con la autorrealización y el sentido de pertenencia, destacando su importancia en el desarrollo personal y social.

2.3.2 Modelos del Propósito de Vida

Existen diversos modelos teóricos que intentan explicar la naturaleza y los componentes del propósito de vida. Uno de los más influyentes es el modelo de Ryff (1989) que incluye el propósito de vida como una de las seis dimensiones del bienestar psicológico. Según este modelo, el propósito de vida se caracteriza por la capacidad de establecer y perseguir metas claras y significativas.

Otro enfoque relevante es el modelo propuesto por Damon et al. (2003), en el que señalaron que el propósito de vida se compone de tres elementos clave: la intencionalidad, la contribución a un bien mayor y la orientación hacia el futuro. Este modelo subraya que el propósito no solo es un factor intrínseco, sino también una fuerza que impulsa el comportamiento prosocial.

Por su parte, Martela y Steger (2016) propusieron un modelo integrador que vincula el propósito de vida con el bienestar existencial, destacando tres componentes fundamentales: significado, coherencia y dirección. Este modelo enfatiza la importancia del propósito como un factor mediador entre el bienestar psicológico y las experiencias positivas en la vida cotidiana.

2.3.3 Propósito de Vida y Bienestar Subjetivo

La relación entre el propósito de vida y el bienestar subjetivo ha sido confirmada en múltiples estudios empíricos. Por ejemplo, un estudio reciente demostró que las personas con un mayor sentido de propósito tienden a reportar niveles más altos de satisfacción con la vida, emociones positivas y menores niveles de depresión (Disabato et al., 2020). Se ha observado también que el propósito de vida actúa como un factor protector frente al estrés y las adversidades, promoviendo la resiliencia y el afrontamiento positivo (Hill & Turiano, 2014).

Además, una revisión meta-analítica realizada por Kim et al. (2021) concluyó que el propósito de vida está asociado con una mejor salud mental y física, así como con una mayor longevidad.

2.3.4 Propósito de Vida en Personas Privadas de la Libertad (PPL)

El propósito de vida también desempeña un papel crucial en el contexto penitenciario. La literatura sugiere que desarrollar un sentido de propósito puede ser un factor clave para la rehabilitación y la reinserción social. Por ejemplo, el estudio de Ronel y Elisha (2011) en poblaciones carcelarias destacó que aquellos individuos que lograron encontrar un propósito durante su tiempo en prisión experimentaron mejoras significativas en su bienestar subjetivo y mostraron una menor probabilidad de reincidencia.

Además, programas de intervención basados en terapias como la logoterapia y la terapia cognitivo-conductual han mostrado eficacia al fomentar el sentido de propósito y mejorar la calidad de vida en personas privadas de la libertad (Wainwright et al., 2018). Esto

sugiere que el propósito de vida no solo es relevante para el bienestar individual, sino también para la transformación social dentro de entornos de alta vulnerabilidad.

En conclusión, la resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida no solo constituyen pilares fundamentales del bienestar individual, sino que también emergen como herramientas valiosas dentro del proceso de reintegración social. En contextos tan complejos como el penitenciario, estas capacidades pueden marcar la diferencia entre la resignación y la posibilidad de una transformación profunda y sostenida. Con estos elementos en mente, es fundamental analizar el entorno en el que estos procesos tienen lugar. El sistema penitenciario y los centros de reclusión no son únicamente espacios de contención, sino escenarios donde se configura, limita o posibilita el desarrollo personal y social de las personas privadas de la libertad. En el siguiente capítulo se abordará el funcionamiento de los sistemas penitenciarios, sus dinámicas internas, así como los retos estructurales y humanos que enfrentan para propiciar condiciones que favorezcan la rehabilitación, el desarrollo emocional y el propósito de vida de las PPL.

Capítulo III. Sistema y Centros Penitenciarios

El sistema penitenciario tiene un papel fundamental en la impartición de la justicia, al ser el espacio donde se materializan las sanciones impuestas a quienes han infringido la ley. Este capítulo analiza el contexto internacional, nacional y estatal del sistema penitenciario, enfatizando la situación actual del Estado de México. Además, aborda aspectos clave como la definición de personas privadas de la libertad, las variables sociodemográficas de la población penitenciaria, sus derechos humanos, así como los desafíos relacionados con la reincidencia delictiva y la reinserción social. Este análisis tiene como objetivo identificar y conocer las problemáticas existentes y actuales, así como los derechos fundamentales de esta población.

3.1 Contexto Internacional, Nacional y Estatal

La sobrepoblación, la violencia interna, la vulneración de derechos humanos y la falta de programas efectivos de rehabilitación son retos universales que enfrenta el sistema penitenciario. Las reglas mínimas de las Naciones Unidas para el tratamiento de los reclusos, conocidas como Reglas Mandela (ONU, 2015), establecen los principios fundamentales que deben guiar el trato a las personas privadas de libertad, incluyendo la dignidad humana, el acceso a servicios esenciales y a programas de reinserción social.

Al cierre del 2019, se estimaba que 11.7 millones de personas se encontraban recluidas en prisiones de todo el mundo, el tamaño de esta población es comparable a naciones enteras como Bolivia, Túnez o Bélgica (UNODC, 2021).

En muchos países, como Brasil y Sudáfrica, la sobrepoblación penitenciaria alcanza tasas de ocupación superiores al 150% de la capacidad instalada (Penal Reform International, 2022); no obstante, el país con mayor tasa de ocupación carcelaria es la

República del Congo, donde las prisiones están ocupadas en un 617% de su capacidad (ICPR, 2021), lo que quiere decir que hay seis veces más presos de lo que las prisiones están diseñadas para alojar, y es que, a nivel mundial, uno de cada tres presos está detenido sin haber sido declarado culpable por un tribunal, a pesar de que la detención de presuntos delincuentes debería ser una medida de último recurso.

La proporción de detenidos sin sentencia (procesados), fluctúa entre el 29% y el 31% lo que indica que ha habido poco progreso global en alcanzar el objetivo 16.3 de Desarrollo Sostenible, que se centra en el acceso a la justicia (UNODC, 2021). De esta manera, la superpoblación carcelaria genera condiciones de hacinamiento que afectan la salud y la seguridad de los reclusos, estas y otras condiciones de vida carcelaria, como: la violencia, la infraestructura inadecuada, el desabasto de servicios básicos, etcétera, no cumplen con los estándares internacionales y debilitan el objetivo de la pena de prisión, que es la protección de la sociedad y la rehabilitación de los reclusos (UNODC, 2017), subrayando la necesidad de reformas estructurales y enfoques más humanitarios en el tratamiento de esta población.

En México, el sistema penitenciario enfrenta retos similares a los observados a nivel global, sumado a desafíos particulares relacionados con el crimen organizado, la corrupción y el desvío de recursos. De acuerdo con datos ofrecidos por la CNDH (2022), el 40% de los centros penitenciarios del país presentan hacinamiento y un limitado acceso a servicios de salud, de educación y a programas de rehabilitación. El Informe Nacional Penitenciario (INEGI, 2022) destaca que las condiciones de vida dentro de las prisiones mexicanas varían significativamente entre las entidades federativas, siendo los estados del Norte y Centro del país los que registran mayores niveles de sobrepoblación. Asimismo, la prevalencia de conflictos internos y la falta de control por parte de las autoridades ha llevado a situaciones críticas que vulneran los derechos humanos de las personas privadas de libertad.

En el Estado de México, las condiciones precarias en las prisiones han generado críticas por parte de organismos internacionales (Ávila Navarro & López Vázquez, 2022); sin embargo, estas problemáticas no son sino el reflejo de lo que acontece a nivel internacional, detenciones arbitrarias y población detenida sin sentencia, evidencian los problemas en el sistema judicial y en la aplicación de la justicia.

La atención médica y la salud mental y física en las prisiones del Estado de México presentan varios desafíos, esto incluye, la falta de personal médico, omisión para proporcionar atención médica, negligencia médica y falta de medicamentos (CNDH, 2023).

La atención psicológica es un servicio con alcance limitado, como limitado es también el personal capacitado para implementar programas y para atender a todos los internos que la necesitan.

Es evidente que las condiciones actuales del sistema penitenciario en el Estado son el resultado de la falta de recursos financieros, humanos, materiales y de infraestructura, los cuales son necesarios para brindar un servicio integral y de calidad a las personas privadas de la libertad, tal como lo establece el artículo 4º constitucional (Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, 2023).

Pese a las limitaciones antes descritas, en el Estado de México existe un Centro Penitenciario que representa un esfuerzo por garantizar condiciones dignas para su población, el C.P.R.S. de Tenango del Valle destaca por implementar programas educativos, capacitación para el trabajo, actividades culturales, deportivas y de atención a la salud. En enero del 2022, la Comisión de Derechos Humanos del Estado de México (CODHEM) verificó y validó la operatividad del centro, constatando la aplicación de acciones para proteger la salud y los derechos de los PPL, en particular de los grupos vulnerables como personas transgénero y adultos mayores. Además, este centro ha sido reconocido por su desempeño. Según el Diagnóstico Nacional de Supervisión Penitenciaria 2022, obtuvo una calificación de 8.11, ubicándose en la sexta posición a nivel nacional entre

los penales mejor evaluados, incluso por encima de algunos centros federales (SSEM, 2022), asimismo, es uno de los nueve centros en el Estado de México que han sido certificados bajo los estándares de la Asociación de Correccionales de América (ACA). Esta certificación implica cumplir con 142 requisitos que buscan mejorar la infraestructura y reforzar los controles de seguridad (Perfil Urbano, 2022).

3.2 Definición de persona privada de la libertad

El término *persona privada de la libertad* conocido por sus siglas PPL, ha sido utilizado y promovido por diversas organizaciones internacionales y nacionales de Derechos Humanos, como el Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR) y la Comisión Nacional de Derechos Humanos (CNDH), para enfatizar la dignidad y los derechos humanos de las personas que se encuentran en situación de detención o encarcelamiento (CIRC, 2016; CNDH, 2019), sin recurrir a términos estigmatizantes como *reos* o *presos*.

En el contexto penitenciario una persona privada de la libertad es aquella que, como resultado de un proceso judicial, ha sido condenada o se encuentra bajo prisión preventiva en una institución penitenciaria o centro de detención. Las PPL enfrentan un entorno altamente restrictivo que impacta significativamente en su salud mental, emocional y social.

Las condiciones de encierro, la falta de autonomía y los desafíos derivados de la convivencia forzada con otros internos puede generar o exacerbar problemas psicológicos como: ansiedad, depresión o estrés crónico (Haney, 2018). Estas circunstancias hacen que los estudios sobre regulación emocional, resiliencia y propósito de vida en esta población sean relevantes, ya que estas variables pueden funcionar como factores protectores ante el deterioro de la salud y el bienestar de este sector poblacional (Granados et al., 2022).

Según la Ley Nacional de Ejecución Penal (Congreso de la Unión, 2016), estas personas tienen derecho a un trato digno y humano, acceso a servicios básicos y a programas de rehabilitación que permitan su reincorporación a la sociedad. La perspectiva internacional, basada en los Principios y Buenas Prácticas sobre la Protección de las Personas Privadas de la Libertad en las Américas (CIDH, 2008), enfatiza que las medidas privativas de libertad deben respetar la dignidad intrínseca de las personas y buscar su reintegración social de manera efectiva.

3.3 Variables sociodemográficas en prisión

Los factores sociodemográficos son elementos clave para comprender las características y circunstancias de los individuos dentro de contextos específicos, como el sistema penitenciario. En el caso de la población penitenciaria, estos factores pueden tener un impacto significativo en su percepción de bienestar, siendo imprescindible considerarlos por su influencia en los procesos psicológicos en el entorno carcelario para desarrollar resiliencia, para regular emociones y para encontrar un propósito de vida.

Las características sociodemográficas de las PPL incluyen aspectos como la edad, el género, el nivel educativo, el estado civil, la etnia y las condiciones de salud. La edad es un factor relevante que afecta la adaptación al ambiente carcelario y la manera en que los reclusos experimentan su bienestar subjetivo. El estudio de Barnert et al. (2019) mostró que las personas más jóvenes en prisión suelen presentar mayores dificultades para adaptarse a las demandas psicológicas y emocionales del encarcelamiento, lo que puede incrementar la propensión a la depresión, la ansiedad y otros trastornos emocionales. En contraste, las PPL adultas mayores tienden a mostrar mayor resiliencia y una mejor capacidad para regular sus emociones, aunque pueden enfrentar limitaciones físicas que también afectan su bienestar subjetivo (Stewart et al., 2023).

El nivel educativo de los reclusos se ha relacionado de manera significativa con su bienestar subjetivo. Aquellos con mayor nivel educativo tienden a contar con mejores habilidades para afrontar el estrés asociado al encarcelamiento. La evidencia sugiere que la educación proporciona no solo conocimientos técnicos, sino también recursos cognitivos y emocionales que fomentan la autorregulación y el establecimiento de objetivos personales. Además, el acceso a programas educativos dentro de las prisiones se asocia con menores tasas de reincidencia y una mejor calidad de vida postliberación (Davis et al., 2013).

En cuanto al estado civil, se sabe que las personas casadas o con relaciones estables fuera de prisión suelen tener una red de apoyo emocional que puede mitigar los efectos negativos del encarcelamiento sobre su salud mental (Zimmerman & Porporino, 2024). En contraste, las PPL solteras o aquellas que atraviesan procesos de ruptura de pareja pueden experimentar mayores niveles de soledad, lo que podría disminuir su bienestar subjetivo y aumentar la probabilidad de desarrollar trastornos emocionales (Arrigo & Bullock, 2007).

En estudios de esta índole la inclusión de variables sociodemográficas permite una comprensión más matizada de la forma en que los reclusos interactúan con su entorno y cómo las diferencias individuales afectan sus experiencias de bienestar. Otro ejemplo lo encontramos en la resiliencia, que no es un atributo uniforme, sino que está mediado por el contexto en el que los individuos se encuentran. Un recluso joven sin apoyo familiar y con bajo nivel educativo probablemente experimentará mayores dificultades para adaptarse y superar las dificultades emocionales derivadas del encarcelamiento que un recluso adulto con un entorno de apoyo y educación (Mikulic & Crespi, 2005). De la misma manera, la capacidad para regular emociones puede depender de las experiencias previas de vida y de los recursos disponibles para el individuo en prisión (Fredrickson, 2001).

En el Estado de México, de acuerdo con datos del INEGI (2022), la población penitenciaria se conforma en su mayoría por hombres jóvenes de entre 18 y 35 años, con niveles educativos inferiores a la educación secundaria, resultando estas características importantes para diseñar intervenciones más eficaces y específicas que potencien el desarrollo de habilidades emocionales y fortalezcan su resiliencia, contribuyendo así a una experiencia penitenciaria más constructiva y al aumento de las oportunidades de reintegración social.

3.4 Derechos humanos en población penitenciaria

El respeto y la protección de los derechos humanos en el sistema penitenciario son fundamentales para asegurar un trato digno a las personas privadas de la libertad.

La prisión más allá de ser vista como un lugar de castigo debería considerarse como un espacio en el que las personas reciben apoyo en su rehabilitación y reintegración social, conservando su dignidad y accediendo a condiciones mínimas de bienestar. Sin embargo, las prácticas dentro de muchos sistemas penitenciarios a menudo vulneran los derechos humanos de los reclusos, lo cual repercute negativamente en su salud mental, emocional y en su bienestar subjetivo (Fazel & Seewald, 2012).

Desde un enfoque de derechos humanos, las PPL deben seguir siendo reconocidas como sujetos de derechos que merecen respeto, igualdad y oportunidades para su desarrollo integral, incluso en un contexto de privación de libertad. Sin embargo, la violencia física, psicológica, la discriminación, la falta de acceso a servicios de salud adecuados y la sobrepoblación pueden desencadenar una serie de efectos perjudiciales que afectan la capacidad de los reclusos para encontrar sentido a su existencia. Por ende, el respeto a los derechos humanos, como el derecho a la educación, al trabajo y a la participación en actividades rehabilitadoras facilita el proceso en el que los reclusos pueden redescubrir su potencial y encontrar razones para su vida más allá de la pena.

La percepción de que sus derechos son reconocidos y respetados fortalece la sensación de autoeficacia y sentido de control sobre su vida, lo cual es clave para desarrollar un propósito de vida significativo.

En conclusión, un ambiente penitenciario que respeta los derechos fundamentales de las PPL, que les ofrece acceso a educación, trabajo, ejercicio, actividades recreativas y programas de apoyo psicosocial, favorece el desarrollo de resiliencia, regulación emocional y propósito de vida. Estas capacidades permiten a los internos enfrentar de manera más efectiva los desafíos del encarcelamiento, aumentar su estabilidad emocional y bienestar subjetivo, y, por ende, mejorar las posibilidades de una reintegración exitosa en la sociedad una vez cumplida su sentencia (Ortega Guzmán, 2008).

3.5 Reincidencia delictiva y reinserción social

La residencia delictiva representa uno de los mayores desafíos en los sistemas penitenciarios de todo el mundo. Se refiere al fenómeno en el que individuos que han cumplido una condena regresan a la conducta delictiva y, por lo tanto, son nuevamente encarcelados. Las altas tasas de reincidencia tienen un impacto significativo no solo en la seguridad pública, sino también en el bienestar de los individuos involucrados.

De acuerdo con datos de la Bureau of Justice Statistics, la reincidencia continúa siendo una problemática persistente entre las personas privadas de la libertad (Kluckow & Zeng, 2022). Si bien estas estadísticas no abordan directamente los factores psicológicos y emocionales involucrados, algunos estudios apuntan a que variables como la falta de resiliencia, la incapacidad para regular emociones o la ausencia de un propósito de vida claro se asocian con una mayor probabilidad de reincidencia. En esta línea, Beaudry et al. (2021) demostraron que las intervenciones psicológicas enfocadas en el fortalecimiento de estas habilidades pueden reducir significativamente la reincidencia, lo cual resulta crucial para el diseño de programas efectivos de reinserción social.

Según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) y el Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP), las tasas de reincidencia en México son alarmantes. De acuerdo con la *Encuesta Nacional de Población Privada de la Libertad (ENPOL) 2021*, aproximadamente el 23 % de los exreclusos en México reinciden en la actividad delictiva dentro de un periodo de cinco años después de su liberación (INEGI, 2023, citado en Ortega Sarabia & García-Andrés, 2020). Esto no solo refleja la falta de oportunidades sociales o económicas, sino también una serie de déficits emocionales y psicológicos que afectan la capacidad de las PPL para adaptarse y prosperar fuera de prisión. Además, factores como la estigmatización social, la escasa educación, el aislamiento social, el desempleo y la falta de apoyo emocional aumentan la vulnerabilidad a reincidir (Reingle Gonzalez & Piquero, 2013).

Y es que, los sistemas penitenciarios en muchos países están enfocados principalmente en el castigo, y no en la rehabilitación, que incluye el desarrollo de habilidades emocionales, educación y acompañamiento en la búsqueda de un propósito de vida, claves para reducir la perpetuación de ciclos delictivos (MacKenzie, 2006). La evidencia muestra que los internos que participan en programas educativos, terapias psicológicas o actividades laborales en prisión experimentan una mayor sensación de competencia y control, lo cual se traduce en un mejor ajuste emocional y menores probabilidades de reincidir (Visser & Courtney, 2006). En este sentido, los programas de reinserción deben ir más allá del castigo, la capacitación profesional o la educación académica. Es fundamental que incluyan componentes de apoyo emocional y psicológico para el manejo de estrés, de emociones negativas, de traumas, y favorezcan la construcción de una identidad positiva postpenitenciaria (DeLisi & Piquero, 2018).

A largo plazo, los resultados de investigaciones como esta pueden constituir una base sólida para el desarrollo de nuevas líneas de estudio que profundicen en la relación entre la reincidencia delictiva y el bienestar subjetivo, así como de investigaciones que

impulsen la creación de políticas públicas que además de mitigar la reincidencia, busquen promover la salud integral de las PPL, favoreciendo su desarrollo personal y su efectiva integración social. Adoptar un enfoque integral en el tratamiento de la población penitenciaria es crucial para disminuir de manera significativa los costos sociales y económicos relacionados con la reincidencia, al mismo tiempo que se promueve una sociedad más justa e inclusiva y un sistema penitenciario que no se limite al castigo, sino que también rehabilite y respalde la reintegración de los individuos a una vida digna y productiva.

En síntesis, el análisis del sistema penitenciario evidencia que la reincidencia delictiva representa un desafío persistente que va más allá de la simple administración del castigo. Los factores emocionales, psicológicos y sociales juegan un papel fundamental en la repetición de conductas delictivas, lo que implica que un enfoque centrado exclusivamente en la privación de libertad resulte insuficiente para lograr una reinserción social efectiva.

Por ello, las políticas y programas penitenciarios deben integrar estrategias orientadas al desarrollo de habilidades emocionales, la educación y el acompañamiento psicológico, para avanzar hacia un sistema penitenciario más justo, humano y eficaz.

Es así como este marco teórico sustenta la metodología que se presenta a continuación, misma que fue empleada para analizar los predictores del bienestar subjetivo en una muestra de población penitenciaria de una cárcel del Estado de México y abordar la problemática desde una perspectiva integral.

IV. MÉTODO

4.1 Planteamiento del problema

El Bienestar Subjetivo (BS) es un componente fundamental de la salud mental, que es un tema relevante a nivel nacional e internacional (Expósito-Duque et al., 2024). Actualmente, el bienestar subjetivo como objeto de estudio tiene un propósito que surge de los lineamientos de la Organización Mundial de la Salud (2001), pretende comprender de forma integral todos los elementos psicosociales en contexto que promueven la salud como un estado de equilibrio mental, físico y ambiental, más allá de los elementos psicopatológicos en los que convencionalmente se ha enfocado la ciencia.

A diferencia del bienestar psicológico que tiene que ver con el desarrollo personal y las relaciones positivas a largo plazo (García-Alandete, 2014), el bienestar subjetivo posee una estructura tridimensional (satisfacción con la vida, afecto negativo y afecto positivo) (Rodríguez-Fernández et al., 2016), y se define como la medida en que una persona cree o siente desde su propia perspectiva, que en términos generales su vida va bien (Calleja & Mason, 2020). Dado que el BS impacta positivamente la salud, la longevidad y las relaciones sociales (Diener et al., 2018) se ha intentado encontrar sus correlatos y predictores, identificado diversos modelos explicativos, algunos de ellos corresponden con la teoría denominada, abajo-arriba (bottom-up), cuya finalidad es reconocer las necesidades externas que inciden directamente el bienestar del individuo, otros modelos en cambio se relacionan con la perspectiva teórica arriba-abajo (top-down), interesada en conocer los factores internos que definen la manera en que la persona percibe sus condiciones, independientemente de cómo sean éstas objetivamente, y el modo en que dicha percepción afecta los juicios sobre su bienestar. Así, la lista de determinantes del BS va desde el género, la edad, el estado civil, hasta el atractivo físico y otras características individuales (García Martín, 2002).

Dentro de las características individuales, esta investigación estudió, bajo un contexto penitenciario, 1) La resiliencia (RS) entendida como un conjunto de características personales positivas que facilitan la adaptación individual frente a situaciones adversas (Connor & Davidson, 2003), 2) La regulación emocional (RE), como la habilidad que posibilita la adaptación del individuo al medio social, facilitando el control de las emociones negativas y potenciando las emociones positivas, relacionándose inversamente con síntomas de depresión, ansiedad y estrés (Barraza-López et al., 2017; Cabanach et al., 2018; Hewitt-Ramírez et al., 2023) y 3) el propósito de vida (PV), pues estudios en muestras de jóvenes y adultos revelan que tener metas significativas en la vida y avanzar hacia ellas favorece el BS (Emmons, 2003).

De acuerdo con datos del Censo Nacional de Sistema Penitenciario Federal y Estatal 2023 realizado por el INEGI, la población penitenciaria en México presenta niveles elevados de alteraciones mentales en comparación con la población general. Un 34.5% de las personas privadas de la libertad fueron diagnosticadas con algún trastorno psicológico (INEGI, 2023). Esta situación está estrechamente vinculada con las condiciones propias del entorno carcelario, como la falta de privacidad, el aislamiento, la desvinculación familiar y social, las amenazas constantes y los servicios sanitarios inadecuados, factores que afectan profundamente la dinámica psíquica de los internos, reconfigurando sus conductas y emociones. Este fenómeno no es exclusivo de México, sino que se observa también en centros penitenciarios a nivel mundial. Interesada en comprender y delimitar lo que puede considerarse “normal” o “patológico” en este contexto, la Psicología de la Salud buscó, desde un enfoque positivo centrado en los aspectos productivos y sanos, explicar las conductas que pueden contribuir al bienestar integral de las personas privadas de la libertad (Lema & Ruales, 2020; Martínez Yacelga et al., 2023; OMS, 2015).

Específicamente, investigaciones sobre resiliencia en adolescentes en internamiento han identificado características adaptativas, fortaleza y de alta autoestima (Vargas Sánchez

et al., 2020). Incluso, Hernández (2009), evidenció que, en México, a pesar de los graves problemas de conducta, los adolescentes en prisión son capaces de dar mejores resultados en cuanto a su rehabilitación cuando encuentran condiciones favorables, lo que permite dar cuenta de la presencia de resiliencia en esta población, y cuestionar, debido a que los estudios son escasos, si los adultos reclusos cuentan con este mismo rasgo. Por otra parte, Grieco (2012) mencionó que en países como Chile, Colombia y Argentina se identificaron características resilientes similares entre personas en libertad y personas reclusas, lo cual podría ser resultado, en estas últimas, de las condiciones de riesgo y el medio ambiente donde se desenvuelven.

En relación con la regulación emocional, que actúa como protector frente a la sintomatología de estrés y ansiedad (propias de un estado de reclusión), se han hallado diversos estudios sobre la relación entre el déficit de esta variable (desregulación emocional) y la conducta antisocial (Gómez-Simón, 2015; Guzmán-González et al., 2014; Medrano & Trólogo, 2014) dado que varios componentes de las conductas impulsivas en la población carcelaria se atribuyen a la falta de habilidades de regulación emocional.

Por lo que respecta al propósito de vida, el período en entornos carcelarios se caracteriza por sentimientos de aburrimiento, insatisfacción generalizada, conductas autodestructivas recurrentes, e ideación y tentativa suicida, que generan una postura fatalista y una percepción exigua de valor vital (Frankl, 1980; George & Park, 2016). Un estudio desarrollado por Jiménez et al. (2022) señala que las pérdidas inherentes a la delincuencia (privación de libertad y distanciamiento familiar) distancian de propósitos existencialmente valiosos.

De esta manera, los estudios referidos con antelación evidencian cómo los déficits de resiliencia, de regulación emocional y de propósito de vida resultan un grave problema para el desarrollo del bienestar subjetivo y la salud integral de la población penitenciaria.

4.2 Justificación

El fenómeno de la delincuencia en México y en el mundo es una de las problemáticas más significativas de la sociedad actual y tiene implicaciones en la salud pública, toda vez que perjudica los sistemas: económico, educativo y social (Gómez & Bonilla, 2011). Además, la población penitenciaria ha sido siempre objeto de críticas y rechazo, actitudes que no contribuyen a su adecuada readaptación ni reducen la tasa de reincidencia.

Debe ser claro que el ingreso a un penal obliga a los sujetos a modificar su proyecto de vida, su rutina personal, familiar y social, lo que conlleva en la mayoría de los casos a experimentar estrés y angustia; no obstante, existe una población restante que atenúa estos eventos traumáticos, mostrando estrategias de afrontamiento. De esta manera, variables predictoras del bienestar subjetivo como la resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida, se perfilan como un tema oportuno y novedoso en la atención y tratamiento de los internos, porque no se centran en el estudio de sus déficit y desajustes.

Afirmó Rogers (1965) que cada persona es el resultado de un conjunto de factores internos y externos que han influenciado su patrón comportamental y su esfera emocional, y que si bien, el ser humano tiene la capacidad de entender los factores de su vida que le conducen a la infelicidad, también tiene la capacidad para reorganizarse y superarlos.

En este orden de ideas, la reclusión podría ser esa situación que permita identificar en los sujetos las fortalezas para adaptarse al entorno en el que viven. Por ello, a partir de una perspectiva cuantitativa, esta investigación supone la evaluación cognitiva y afectiva de lo que este sector poblacional considera valioso y satisfactorio, entendiendo que, el bienestar subjetivo tiene una relevancia tal que, en países como Estados Unidos, Reino Unido y Francia utilizan su medición en grandes muestras para formular políticas públicas (Cheung & Lucas, 2014).

La importancia de incluir a la resiliencia reside en el hecho de ser una variable que impacta de manera favorable el bienestar subjetivo (Limonero et al., 2012). Los estudios en

población penitenciaria (Huang et al., 2020; Vargas Sánchez et al., 2020) evidencian niveles relativamente bajos; no obstante, existen factores sociodemográficos que favorecen su desarrollo, permitiendo atenuar el impacto del encarcelamiento y la adaptación al funcionamiento institucional, es decir que, los individuos en reclusión que presentan características resilientes emplean estrategias que promueven su salud mental y mejoran su calidad de vida, independientemente del contexto en el que se desenvuelven.

Por otra parte, estudios sobre la regulación emocional con población penitenciaria han encontrado que este es un factor determinante, toda vez que los rasgos psicopáticos no se asocian con problemas emocionales o con dificultades en la regulación emocional, sino que se relacionan con estrategias de regulación emocional desadaptativas. No obstante, los internos que regulan sus emociones a través de la reevaluación cognitiva logran hacer frente a situaciones de alto impacto emocional, estableciendo relaciones menos agresivas con sus compañeros, evitando poner en peligro su integridad y favoreciendo su bienestar (Garofalo et al., 2018).

Asimismo, investigaciones desarrolladas en cárceles de países latinoamericanos, como Argentina, México, Perú y Brasil, en las que implementaron el principio del sentido de vida señalan que, de manera significativa, tener un propósito brinda a los internos una sensación de integridad, permitiéndoles reconocerse como personas con valor, esperanza y nuevas posibilidades para una adecuada reinserción social (Darke et al., 2017).

Se destaca como aportación de este proyecto, que el estudio del bienestar subjetivo se desarrolló en un entorno penitenciario, siendo relevante para ayudar a resolver los problemas de salud mental que adolecen los reclusos y alcanzar una mejor calidad de vida, pues gracias a algunas investigaciones se sabe que el BS mejora los procesos de rehabilitación e integración social (Angarita Gámez & Rodríguez Solano, 2023; Jiménez-Puig et al., 2021; Ricra Morales, 2017). Los resultados obtenidos en esta investigación permitieron llenar algunos vacíos sobre el tratamiento penitenciario, desde una perspectiva

positiva, en la que el interno es capaz de afrontar las circunstancias de la vida, de trabajar y de ser productivo.

Finalmente, los hallazgos de la presente investigación ayudaron a sustentar que la resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida son elementos predictores del bienestar subjetivo en población penitenciaria, esperando que los resultados sirvan de base para nuevas líneas de investigación en esta área y favorezcan la creación de programas y políticas públicas orientadas a la efectiva reinserción social y la nula reincidencia delictiva, concientizando además sobre cuidado del bienestar integral.

4.3 Pregunta de investigación

¿Cuál es la capacidad predictiva de la resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida en el bienestar subjetivo de una muestra de reclusos del Centro Penitenciario y Reinserción Social de Tenango del Valle, Estado de México?

4.4 Objetivos

4.4.1 Objetivo general

Analizar la capacidad predictiva de resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida en el bienestar subjetivo de una muestra de reclusos del Centro Penitenciario y Reinserción Social de Tenango del Valle, Estado de México.

4.4.2 Objetivos específicos:

- Caracterizar a la muestra a partir de su edad, tiempo en internamiento, clasificación penitenciaria, estado civil, tipo de delito, escolaridad y frecuencia de visitas.
- Examinar los niveles de bienestar subjetivo de los reclusos en función del grado de resiliencia, de regulación emocional y de propósito de vida.
- Describir la relación entre el bienestar subjetivo de los internos del C.P.R.S. de Tenango del Valle y las variables de estudio (resiliencia, regulación emocional, y

propósito de vida).

- Comparar el nivel de bienestar subjetivo, de resiliencia, de regulación emocional y de propósito de vida de los internos, de acuerdo con su edad, tiempo en internamiento, clasificación penitenciaria, estado civil, tipo de delito, escolaridad y frecuencia de visitas.

4.5 Hipótesis

H1: La resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida, predicen el nivel de bienestar subjetivo en las PPL del C.P.R.S. de Tenango del Valle, Estado de México.

H0: La resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida, no predicen el nivel de bienestar subjetivo en las PPL del C.P.R.S. de Tenango del Valle, Estado de México.

4.6 Tipo y diseño del estudio

4.6.1 Tipo del estudio

Se efectuó un estudio con enfoque cuantitativo, correlacional y de regresión múltiple, con la finalidad de evaluar el impacto que tienen los predictores sobre la variable de criterio (Hernández et al., 2010).

4.6.2 Diseño del estudio

El diseño de esta investigación fue transversal y no experimental, primero porque los datos se recolectaron en un periodo de tiempo determinado, y segundo porque no se realizó manipulación alguna de las variables (Kerlinger & Lee, 2000).

4.7 Participantes

La investigación se llevó a cabo en el Centro de Prevención y Reinserción Social del Municipio de Tenango del Valle, ubicado en el Estado de México, cuya capacidad aproximada es de 1300 hombres adultos privados de su libertad de entre 18 y 80 años.

Actualmente este centro alberga población de procesados (aún se encuentran en etapa de enjuiciamiento) y sentenciados (ya cuentan con una sentencia condenatoria) por delitos de alto impacto, como: homicidio doloso, feminicidio, homicidio culposo, secuestro, trata de personas, robo a transeúnte, robo a negocio, extorsión, robo de vehículo, robo de autopartes, robo a casa habitación, violencia familiar, violación simple y equiparada y narcomenudeo (ONC, 2023). Esta investigación incluyó una muestra no probabilística de tipo intencional y los participantes fueron invitados a través de pláticas sobre la importancia del cuidado de la salud mental y posters que señalaron los objetivos de la investigación. A quienes desearon participar les fue recabado su consentimiento informado.

4.8 Muestra

El cálculo del tamaño muestral se efectuó con base a los requerimientos de la regresión lineal múltiple $n \geq 50 + 8m$ (donde n es el número de predictores) y un error estándar de 0.05 (Tabachnick & Fidell, 2019). Por consiguiente, el número mínimo de participantes debían ser $n \geq 50 + 8(4) = 82$, sin embargo, el volumen de la muestra fue ampliado al doble de participantes, previniendo pérdidas, en este sentido, la muestra quedó conformada por 160 personas privadas de su libertad, siendo 80 de ellos procesados y el resto internos sentenciados.

4.8.1 Criterios de inclusión

1. Contar con la autorización por escrito del participante mediante el consentimiento informado
2. Ser mayor de 18 años
3. Ser una persona privada de la libertad
4. Saber leer y escribir

4.8.2 Criterios de exclusión

1. Ser menor de edad

2. Padecer de alguna enfermedad mental
3. No saber leer ni escribir
4. Ser extranjero

4.8.3 Criterios de eliminación

1. Participantes que dejaron inconclusos los instrumentos
2. Cuando se identificó más de un ítem control mal contestado
3. Aquellas PPL que desearon no continuar con la investigación.

4.9 Instrumentos

4.9.1 Cuestionario Ad Hoc

Se trata de un cuestionario breve de elaboración propia, que permitió obtener datos sociodemográficos de los participantes como: edad, último grado de estudios, clasificación penitenciaria, tipo de delito, actividad favorita dentro del centro de reclusión, permanencia en el centro de reclusión y frecuencia de visitas.

4.9.2 Escala de Afectividad Positiva y Negativa (PANAS)

Fue diseñada originalmente con el objetivo de seleccionar términos puros de los afectos positivos y los afectos negativos (Watson et al., 1988). Se utilizó la versión mexicana traducida al español (Robles & Páez 2003) que evalúa el afecto en su dimensión de rasgo (“generalmente”), y de estado (“en las últimas semanas”); constituida por veinte palabras que describen emociones y sentimientos diferentes, tiene un formato de respuesta tipo Likert, en el que la persona indica un número entre el rango del 1 al 5, donde 1 es equivalente a “muy poco o nada”, y 5 “extremadamente”. Presenta adecuadas propiedades psicométricas, resultando la confiabilidad para “últimas semanas” Afectos Positivos (AP) = 0.85 y Afectos Negativos (AN) = 0.81, y para “generalmente”, AP=0.90 y AN=0.85.

4.9.3 Escala Multidimensional para la Medición del Bienestar Subjetivo (EMMBSAR) (Anguas-Plata y Reyes-Lagunes, 1999).

Este instrumento fue construido y validado para población mexicana a partir del modelo teórico del bienestar subjetivo propuesto por Diener (1984), y ha sido aplicado en contextos nacionales por diversos autores (Vera, 2001). La EMMBSAR, se integra por dos dimensiones: 1) Experiencia emocional, que consta de 30 ítems y dos subescalas: afecto positivo y afecto negativo, en esta dimensión, el participante debe indicar con qué intensidad y frecuencia ha experimentado en el último mes determinadas emociones positivas (“afecto”, “dicha”, “alegría”, entre otras); o negativas (“frustración”, “angustia” o “tristeza”) en una escala tipo Likert de siete puntos; y 2) la dimensión de Evaluación afectivo-cognitiva de la vida con 50 ítems referentes a conductas expresivas en las que el participante debe valorar qué tan satisfecho está con los siguientes aspectos de la vida: clima familiar, interacción social expresada, atributos y logros personales, interacción social recibida, logros nacionales, religión, calidad de vida, educación y economía, mediante un formato tipo Likert pictórico, con siete opciones de respuesta. Esta escala posee un índice de confiabilidad superior a 0.90 (Anguas et al., 2000). Es importante señalar que derivado del tipo de muestra se consideró pertinente modificar dos reactivos respecto al aspecto de calidad de vida, ello con la finalidad de adaptar la experiencia afectivo-cognitiva de las PPL, quedando los reactivos de la siguiente manera: en lugar de “los alimentos que puedes adquirir”, “los alimentos que puedes consumir”, y en lugar de: “la ropa que puedes comprar”, “la ropa que puedes usar”.

4.9.4 Cuestionario de Regulación Cognitivo Emocional (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire, CERQ; Garnefski et al., 2001).

Este instrumento de autoreporte se constituye por 36 ítems y nueve dimensiones (auto culpa, culpar a otros, aceptación, reenfocarse en los planes, enfocarse en lo positivo, rumiación, reevaluación positiva, poner en perspectiva y catastrofizar) para evaluar los

procesos cognitivos involucrados luego de experimentar acontecimientos desagradables. Tiene 5 opciones de respuesta en una escala tipo Likert donde (1 es igual a casi nunca y 5 es igual a casi siempre). Sobre las propiedades psicométricas del CERQ, si bien el estudio original reporta un alfa de Cronbach entre 0.70 y 0.80, la validación en población mexicana en la que se modificó la estructura gramatical de algunos ítems que integran este cuestionario, reportó una consistencia interna alfa de Cronbach de 0.74, asimismo, para la validez convergente, se analizaron las escalas del DERS-E, donde se encontró una correlación significativa con el CERQ-VC, demostrando tener buena consistencia interna (Castillo Huerta et al., 2019).

4.9.5 Escala de Resiliencia de Connor-Davidson (CD-RISC) (2003).

Es un cuestionario autoaplicado de 25 ítems (ejemplos: «Soy capaz de adaptarme a los cambios»; «Puedo alcanzar mis metas») y se responde en una escala de frecuencia tipo Likert donde 0=nada de acuerdo, y 4=totalmente de acuerdo. El análisis factorial original sugiere una estructura pentadimensional. Ha demostrado tener una adecuada consistencia interna, fiabilidad test-retest, validez convergente y divergente (Connor & Davidson, 2003). Para precisar, la aplicación final de la escala se realizó en la versión traducida al castellano proporcionada por los autores originales (Bobes et al., 2001) con consistencia interna alcanzada de ($\alpha = 0.86$).

4.9.6 The Purpose in Life Test (PIL)

Fue diseñado originalmente por Crumbaugh y Maholick (1964), su adaptación y validación española fue realizada por Noblejas de la Flor (1994, 2011). Este instrumento evalúa el grado en que una persona experimenta que su vida tiene sentido y propósito detectando también el vacío existencial. Se conforma por 20 ítems, en los que la persona se posiciona en una escala tipo Likert de 1 a 7 entre dos sentimientos extremos. La posición 4 se considera neutral y se emplean distintos términos descriptivos para las posiciones extremas. La interpretación de la prueba es en sentido ascendente: las mayores puntuaciones en el

PIL indican mayor sentido de vida. Los resultados del análisis de la consistencia interna indican que este instrumento tiene confiabilidad de 0.89 (Noblejas de la Flor, 1999).

4.10 Procedimiento

El presente proyecto de investigación fue presentado ante el Comité de Ética Interno del CU UAEM-Nezahualcóyotl, perteneciente a la Universidad Autónoma del Estado de México, para su evaluación. Una vez obtenida la aprobación, se acudió a la Secretaría de Seguridad del Estado de México, para darle a conocer a las autoridades correspondientes, los objetivos de la investigación e invitarlos a participar. De acuerdo con las políticas de dicha institución fue necesario realizar un voluntariado de dos meses, previo a la recolección de datos. Pasado este terminó se realizaron posters informativos con los objetivos del estudio, asimismo, se brindaron charlas sobre la importancia del cuidado de la salud mental en las que además de motivar la participación de las PPL, les fueron señalados los riesgos, beneficios, el alcance del proyecto, el consentimiento informado, la privacidad de los datos y la importancia de que su elección de participar fuera voluntaria. A los PPL que decidieron contribuir, se les solicitó su consentimiento por escrito y consecutivamente les fueron aplicados los instrumentos de manera presencial y de forma escrita en los horarios y espacios destinados por el Centro de Prevención y Reinserción Social de Tenango del Valle. Con el fin de contrabalancear el orden de la aplicación, las escalas fueron administradas de manera semi aleatorizada. A continuación, los datos obtenidos fueron concentrados en una base de uso confidencial para realizar los análisis estadísticos pertinentes, todo ello bajo supervisión del comité tutorial de la Maestría en Psicología y Salud. Finalmente, se dieron a conocer los resultados a través de diversos medios de difusión garantizando el acceso a los resultados de los participantes y del público en general.

4.11 Consideraciones éticas

Todos los procedimientos se realizaron en apego a los estándares éticos del comité de investigación institucional, las normas y pautas éticas que salvaguardaron la integridad y seguridad de los participantes, procurando a su vez los intereses sociales y científicos que dan relevancia a este estudio.

4.12 Análisis de datos

El análisis de los datos se realizó con el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales (SPSS, v.19). En primer lugar, la base de datos se revisó detalladamente con la finalidad de identificar posibles casos atípicos y/o errores de captura. Posteriormente, se realizaron pruebas de normalidad (Kolmogorov – Smirnov) y se analizó la distribución de las variables (asimetría y curtosis), para determinar el tratamiento de los datos. Para conocer las características de la muestra se utilizó la estadística descriptiva y, se realizaron pruebas de comparación (ANOVA de una vía) y correlación (r de Pearson). Finalmente, con base en el objetivo general se llevó a cabo un análisis de regresión múltiple.

V. RESULTADOS

5.1. Descripción de la muestra

Conocer los datos de los participantes fue importante para ilustrar su perfil y contexto, por ende, se examinaron características sociodemográficas como: su clasificación penitenciaria, estado civil, nivel de estudios, religión, empleo, tipo de delito, frecuencia de visitas, preferencias respecto a las actividades que realizaban y su permanencia en el C.P.R.S., enunciando inicialmente que, el número total de los participantes fue de 160 hombres privados de la libertad, de los cuales 80 (50%) contaban con sentencia y 80 (50%) estaban siendo procesados al momento de llevar a cabo la aplicación de los instrumentos, ello respecto a su situación jurídica (Tabla 1).

Tabla 1

Información sociodemográfica

Datos sociodemográficos		Frecuencia	Porcentaje
<i>Clasificación penitenciaria</i>	Sentenciados	80	50%
	Procesados	80	50%
<i>Estado civil</i>	Soltero	66	41.3%
	Unión libre	47	29.4%
	Casado	37	23.1%
	Divorciado	7	4.4%
	Viudo	3	1.9%
<i>Escolaridad</i>	Secundaria	106	66.3%
	Preparatoria	28	17.5%
	Preparatoria trunca	10	6.3%
	Licenciatura trunca	7	4.4%
	Secundaria trunca	5	3.1%
	Licenciatura	4	2.5%
<i>Religión</i>	Católico	113	70.6%
	Cristiano	23	14.4%
	Agnóstico	19	11.9%
	Jorvba (santero)	4	3.1%
<i>Actividad laboral</i>	Si	123	76.9%
	No	37	23.1%

Nota. Elaboración propia.

En cuanto a la edad de la muestra, la media fue de 36.5 años ($M= 36.5$; $DE= 10.53$), con un rango que osciló entre 19 y 59 años (Tabla 2), el grupo más numeroso con un 23.7% tuvo una edad comprendida entre 31 y 36 años y solamente el 3.1% de los internos fueron personas mayores de entre 55 y 59 años (Tabla 3).

Tabla 2

Edad de la muestra

	No. PPL	Mínimo	Máximo	Media	(DE)
Edad	160	19	59	36.5	10.58

Nota. Elaboración propia.

Tabla 3

Frecuencia de edades de los participantes

Intervalo de edades	Frecuencia	%
19 a 24 años	15	9.3
25 a 30 años	33	20.6
31 a 36 años	38	23.7
37 a 42 años	31	19.3
43 a 48 años	23	14.3
49 a 54 años	15	9.3
55 a 59 años	5	3.1

Nota. Elaboración propia.

Sobre el estado civil, 63 (40.1%) PPL estaban solteros al momento de la aplicación de instrumentos, el resto mencionó estar en concubinato, casados, divorciados o viudos (Tabla 1). Con relación a la escolaridad, 106 participantes (66.3%) contaban con estudios concluidos de secundaria reportando solo 4 (3.1%) haber alcanzado estudios universitarios completos (Tabla 1).

En cuanto a la variable religión, la mayoría de las PPL se identificaron como católicas (113; 72%) (Tabla 1), lo cual concuerda con los datos del Censo de Población y Vivienda 2020 del Instituto Nacional de Estadística y Geografía, que reportó que el 77.7% de la población en México profesaba esta fe hasta ese año (INEGI, 2021).

Por otro lado, dentro del Centro de Reclusión, los internos pueden generar ingresos realizando algún oficio, así que, del total de la muestra, 123 (76.9%) PPL señalaron que obtenían recursos económicos por el desempeño de ciertas actividades a diferencia del resto (Tabla 1).

En cuanto al tipo de delito que les fue señalado al momento de ser ingresados al C.P.R.S. de Tenango del Valle, Estado de México, se establecieron 13 categorías, señalando que aquellos con mayor prevalencia fueron, el homicidio, representando un 28.1% (45) del total de la muestra y el robo, con una incidencia del 25.6% (38) (Tabla 4).

Tabla 4

Tipos de delitos señalados por la muestra al ingresar en el C.P.R.S. Tenango del Valle

	Frecuencia	Porcentaje
Homicidio	45	28.1%
Robo	41	25.6%
Extorsión	21	13.1%
Violación	14	8.8%
Feminicidio	9	5.6%
Abuso sexual	9	5.6%
Secuestro	9	5.6%
Portación de arma prohibida	3	1.9%
Lesiones	3	1.9%
Trata de blancas	2	1.3%
Delitos contra la salud	2	1.3%
Abigeato	1	0.6%
Incendio imprudencial	1	0.6%
Total	160	100.0

Nota. Elaboración propia.

Asimismo, el Centro Penitenciario señalado, permite visitas a los internos de familiares, de amigos o conocidos, visitas íntimas, visitas religiosas o visitas humanitarias, así, del total de la muestra, 129 participantes (80.6%), afirmaron que (sobre todo) sus familiares acudían a verlos, dichas visitas en su mayoría tenían una regularidad semanal (33.8%) (Tabla 5).

Tabla 5

Periodicidad de las visitas recibidas por los participantes (PPL)

		Frecuencia	Porcentaje	Regularidad	Frecuencia	Porcentaje
¿Recibe visitas?	Sí	129	80.6%	Semanal	54	33.8%
				Quincenal	40	25.0%
				Mensual	22	13.8%
				Anual	13	8.1%
	No	31	19.4%			
Total		160	100.0%			

Nota. Elaboración propia.

De la misma forma, se identificaron 12 categorías de actividades que las PPL disfrutaban realizar dentro de la institución, el ejercicio fue la respuesta de 90 (57.5%) de ellos, siendo predominante elegida (Tabla 6).

Tabla 6

Actividades preferidas por los PPL en el C.P.R.S

	Frecuencia	Porcentaje
Ejercicio	92	57.5%
Lectura	22	13.7%
Tocar un instrumento musical	15	9.3%
<i>Ninguna</i>	10	6.2%
<i>Canto</i>	4	2.5%
<i>Cocinar</i>	3	1.8%
<i>Bailar</i>	3	1.8%
<i>Dormir</i>	2	1.25%
<i>Caminar</i>	2	1.25%
<i>Lectura</i>	2	1.25%
<i>Tejido de bolsas</i>	2	1.25%
<i>Ajedrez</i>	2	1.25%
<i>Participar en obras de teatro</i> <i>(pastorela)</i>	1	0.6%
Total	160	100.0%

Nota. Elaboración propia.

Finalmente, con relación al análisis de la distribución del tiempo en reclusión de las personas privadas de la libertad, se reveló una fuerte concentración de individuos con periodos relativamente cortos en el total de la muestra. Según la tabla de frecuencias, el 66.2% de los internos estuvieron en reclusión por un periodo comprendido entre 0.08 y 3.26 años, lo que sugiere que la mayoría se encontraba en etapas iniciales de su condena o que aún no habían recibido sentencia. Estos resultados son consistentes con las edades de los participantes, toda vez que de acuerdo con la tabla 3, solo el 3.19% de los internos tienen entre 55 y 59 años, mostrando que las personas mayores son minoría en la muestra de este estudio (Tabla 7).

Tabla 7

Tiempo en reclusión de la muestra (PPL)

Intervalo	Frecuencia	%
0.08 - 3.25 años	106	66.25
3.26 - 6.43 años	27	16.88
6.44 - 9.60 años	13	8.13
9.61 -12.78 años	4	2.50
12.79 -15.96 años	7	4.38
15.97 - 19.13 años	1	0.62
19.14 - 22.32 años	0	0.00
22.32 - 25.5 años	2	1.25
Total:	160	100%

Nota. Elaboración propia.

5.2. Análisis descriptivos de las variables

El análisis descriptivo de las variables es un procedimiento fundamental en la investigación para comprender la información recopilada y extraer conclusiones validas mediante el uso de medidas estadísticas que permiten identificar tendencias generales, valores atípicos e inconsistencia en los datos, contribuyendo a la comprensión global de la información obtenida.

En la siguiente tabla se presentan las medidas estadísticas de las cinco variables que se estudiaron en esta investigación, observando que las medias reflejan niveles intermedios y altos en sus respectivas escalas, con desviaciones estándar que indican variabilidad moderada. En cuanto a los rangos, todos son amplios, lo que denota heterogeneidad en las respuestas de los participantes, de forma detallada, para el caso del BS del mínimo de la escala que es de 46 puntos, los participantes tuvieron 117, siendo el máximo 322, que sí fue obtenido.

Con relación a la variable de resiliencia, el puntaje mínimo era de 0; sin embargo, se obtuvo 11, y el máximo que era 100 también fue alcanzado. Sobre la distribución de la variable de regulación emocional en sus estrategias adaptativas, se obtuvo un mínimo de 23, siendo la base 0, y un puntaje de 77, del máximo que era 80. Las estrategias desadaptativas mostraron un rango inicial de 5, siendo la base 0, y del máximo que era 64, se alcanzó un puntaje de 56. Para el caso de la variable de propósito de vida cuyo instrumento estuvo compuesto por 20 reactivos con un valor de respuesta del 1 a 7 puntos, resultando un puntaje mínimo de 20, se obtuvieron 66 en el rango menor, y se alcanzó el rango máximo de 140. Sobre la tendencia de la distribución, se observó que todas las variables tienen asimetría negativa leve y moderada, indicando un patrón general hacia valores más bajos, sin que alguna sea extremadamente sesgada.

Finalmente, la curtosis de la distribución de los datos en resiliencia y bienestar subjetivo fue positiva, lo que indica que gran parte de los valores se concentraron cerca de la media. En contraste, las variables restantes presentaron curtosis negativa, con distribuciones más aplanadas y valores dispersos hacia los extremos (Tabla 8).

Tabla 8

Estadística descriptiva de las variables de estudio

VARIABLES	MEDIA (DE)	RANGO	ASIMETRÍA	CURTOSIS
<i>Bienestar Subjetivo</i>	250.32 (39.01)	117-322	-.87	.71
<i>Resiliencia</i>	68.89 (16.20)	11-100	-.55	.52
<i>E. Desadaptativas (RE)</i>	29.35 (9.84)	5-56	-.26	-.39
<i>E. Adaptativas (RE)</i>	49.91 (11.32)	23-77	.24	-.53
<i>Propósito de vida</i>	112.10 (18.00)	66-140	-.24	-.89

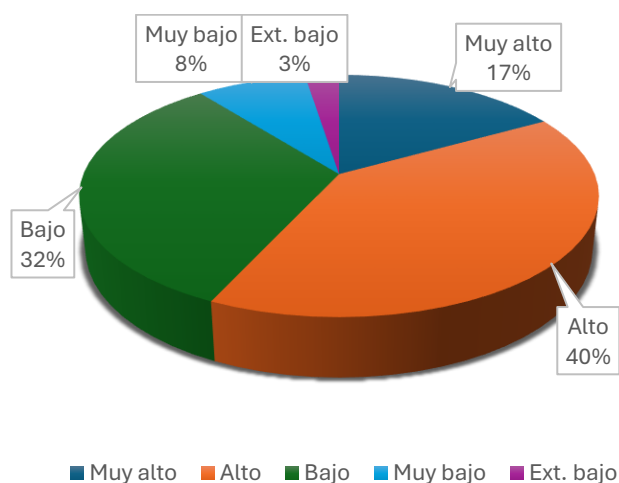
Nota. Elaboración propia.

En cuanto a los resultados del análisis descriptivo realizado con la aplicación del instrumento PANAS (Positive and Negative Affect Schedule), que evalúa la experiencia afectiva de los individuos a través de dos dimensiones independientes: afecto positivo y afecto negativo. Mide la frecuencia e intensidad con que se experimentan emociones agradables o desagradables y distingue entre dos niveles de evaluación: el afecto como estado, que hace referencia a emociones transitorias experimentadas en un momento específico, y el afecto como rasgo, relacionado con una disposición afectiva estable a lo largo del tiempo.

Como puede observarse en la Figura 2, la mayoría de los participantes reportaron niveles clasificados como altos y muy altos los cuales constituyen juntos el 57% de la muestra total. Esto indicó una tendencia general hacia experiencias emocionales positivas momentáneas como entusiasmo, alegría o energía, que pueden fluctuar en función del contexto o eventos recientes y que no son necesariamente estables.

Figura 2

Afectos positivos como estado

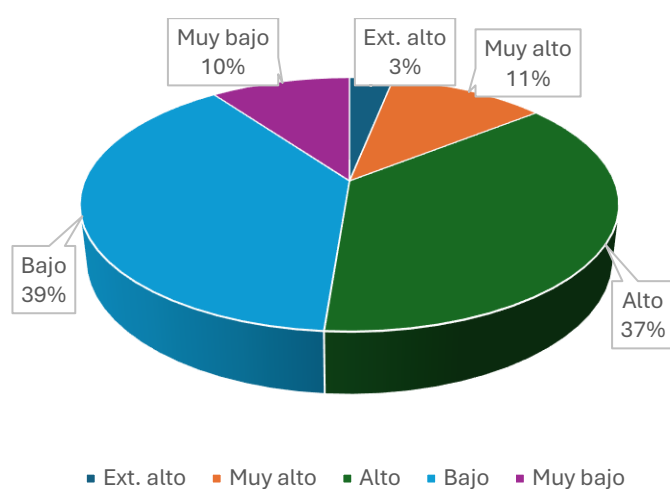


Nota. A partir de esta figura, la clasificación de los participantes con respecto al puntaje obtenido en las variables se llevó a cabo con base en la media y la desviación estándar (considerando 3 DE negativas y 3 DE positivas).

Ahora bien, en la Figura 3, se observan resultados que muestran que aproximadamente el 50% de los participantes tuvieron niveles bajos y muy bajos de afecto negativo como estado, lo que sugiere que una porción considerable de la muestra no reportó emociones negativas intensas al momento de la aplicación del instrumento.

Figura 3

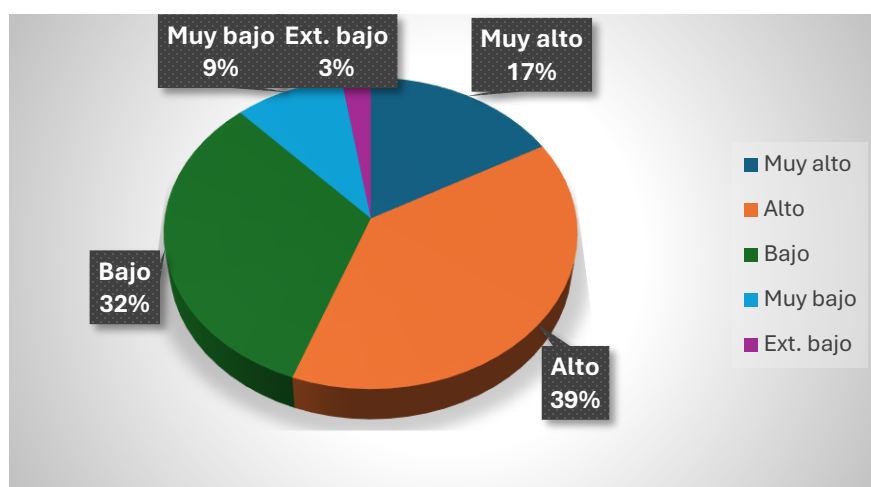
Afectos negativos como estado



Posteriormente, en la Figura 4, se puede notar que la distribución de los puntajes indica que el 56% de los participantes se situó en los niveles alto o muy alto de afecto positivo como rasgo, reflejando una tendencia generalizada hacia un estilo afectivo positivo, estable y saludable. Solo un 3% de la muestra presentó niveles extremadamente bajos, lo cual pudiera representar una vulnerabilidad emocional crónica o una menor predisposición al bienestar subjetivo.

Figura 4

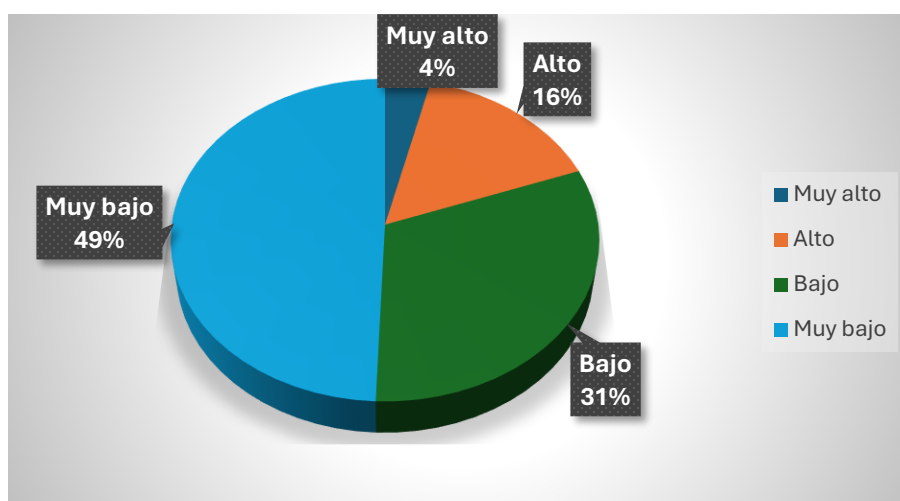
Afectos positivos como rasgo



De forma continua, los resultados del análisis de los afectos negativos como rasgo, ilustrados en la Figura 5 indicaron que el 80% de los participantes con niveles bajos o muy bajos de afecto negativo, tenían una disposición emocional generalizada hacia la estabilidad, el equilibrio y la ausencia sostenida de malestar psicológico significativo. En contraste, solo el 19% se ubicó en niveles altos o muy altos.

Figura 5

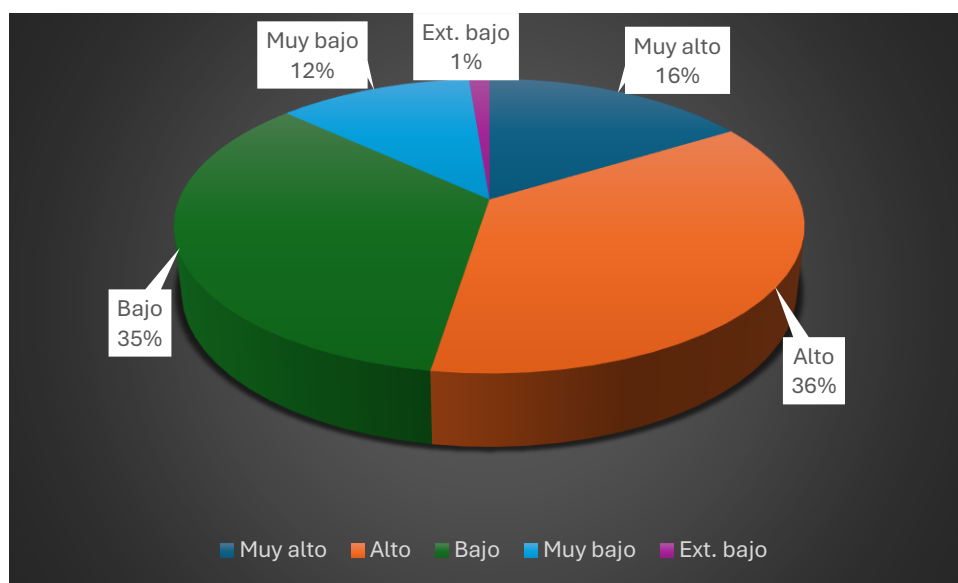
Afectos negativos como rasgo



En lo que respecta a la frecuencia de afectos positivos, se advierte en la Figura 6 que más de la mitad de las personas privadas de libertad en esta muestra conservaban una experiencia emocional positiva frecuente, lo cual es relevante y esperanzador dadas las condiciones de su entorno, no obstante, la distribución fue relativamente balanceada, toda vez que no predominaron extremos positivos ni negativos.

Figura 6

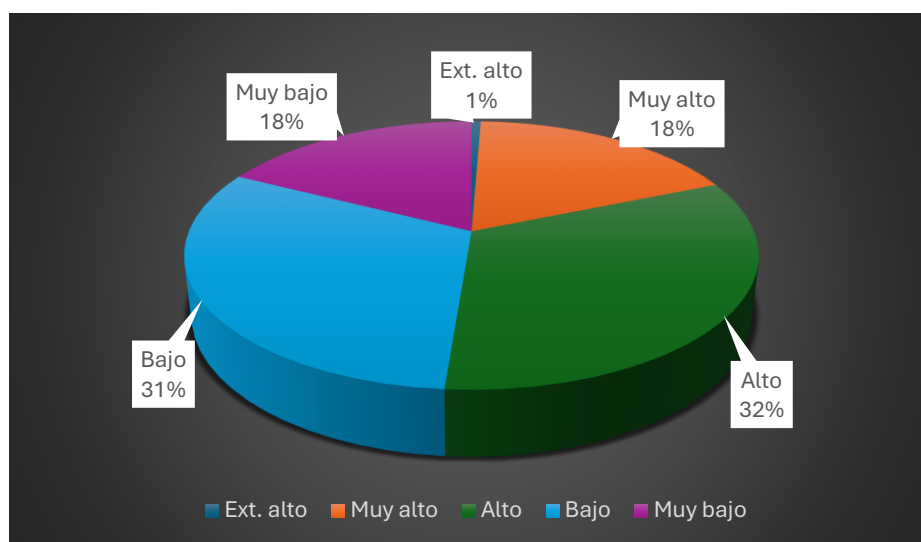
Frecuencia de afectos positivos



En consonancia con esta idea, la Figura 7, muestra resultados relacionados a la frecuencia de los afectos negativos, donde se nota una distribución casi equitativa entre las personas privadas de la libertad que presentaban o no afectos negativos de manera frecuente, revelando una diversidad emocional importante dentro de este sector poblacional. Así, con un 51.25%, más de la mitad de la muestra experimentó de forma frecuente emociones negativas.

Figura 7

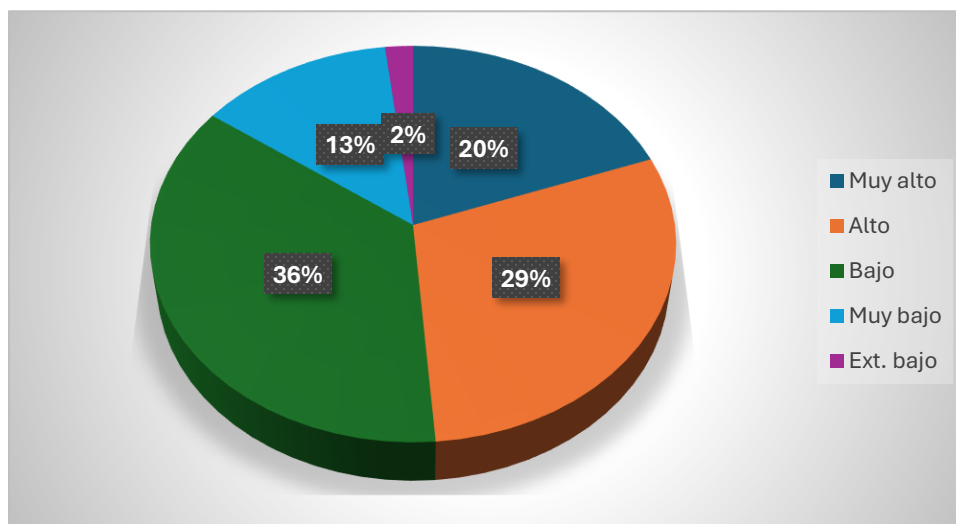
Frecuencia de afectos negativos



Al respecto de la intensidad de los afectos, entendida como la fuerza, entusiasmo y vitalidad con la que se experimentan las emociones, se presentan los siguientes resultados (Figura 8). El 51.25% de las personas privadas de libertad evaluadas reportaron una baja intensidad en sus afectos positivos, lo cual es indicativo de una respuesta emocional atenuada ante estímulos positivos y aunque un 48.75% conservó una intensidad emocional alta, la mayoría mostró signos de bajo entusiasmo o vivacidad emocional.

Figura 8

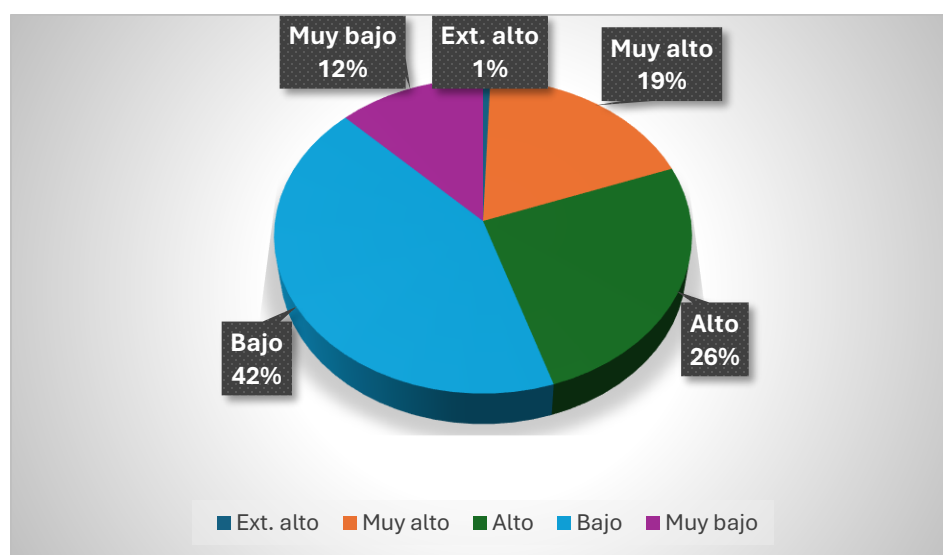
Intensidad de afectos positivos



Por último, con relación a la intensidad con la que la muestra experimentaba afectos negativos, la Figura 9 muestra que con un porcentaje de 55% predominó la baja intensidad de afectos negativos, es decir que, 88 personas de las 160 que conformaron la muestra en la investigación reflejaron una mayor capacidad de regulación emocional y mecanismos de defensa psicológicos frente a la adversidad del contexto.

Figura 9

Intensidad de afectos negativos



En conclusión, la medición de los afectos en sus dimensiones de estado y rasgo evidenció un perfil afectivo predominantemente positivo en la muestra evaluada. En los resultados correspondientes al afecto como rasgo, más de la mitad de los participantes presentaron una disposición estable hacia la vivencia de emociones positivas. Del mismo modo, se observó una alta presencia del afecto positivo en la dimensión de estado, lo que reflejó un equilibrio emocional general favorable.

No obstante, se identificaron indicios puntuales del afecto negativo en la dimensión de estado, posiblemente vinculados a factores contextuales momentáneos.

En cuanto a las dimensiones de frecuencia e intensidad afectiva, el estudio mostró que la población penitenciaria evaluada presenta un perfil afectivo marcado por una tensión emocional constante, donde el afecto positivo, aunque presente, tiende a vivirse con menor intensidad, y el afecto negativo aparece con frecuencia significativa, aunque no siempre de manera intensa. Esta dinámica emocional compleja pone de manifiesto la necesidad de intervenciones psicológicas integrales que contemplen el fortalecimiento de la vivencia emocional positiva y la reducción del impacto del afecto negativo, tanto en su frecuencia como en su intensidad.

5.3. Análisis estadísticos de comparación

El análisis estadístico se realizó mediante el software SPSS, aplicando pruebas *t* de Student para muestras independientes y ANOVA de un factor, con el propósito de contrastar los niveles de bienestar subjetivo, resiliencia, regulación emocional y propósito de vida entre subgrupos de personas privadas de la libertad diferenciados por variables sociodemográficas, estableciendo un nivel de significancia de 0.05 y un intervalo de confianza del 95%. Asimismo, se utilizó la prueba post hoc de Bonferroni cuando el ANOVA arrojó resultados significativos para identificar entre qué grupos específicos se encontraban dichas diferencias.

Los resultados de la prueba *t* de Student indicaron las diferencias en las variables psicológicas de interés en función de características sociodemográficas y penitenciarias específicas: clasificación jurídica (procesado vs. sentenciado), frecuencia de visitas (recibe vs. no recibe), tipo de delito (contra las personas vs. contra la propiedad) y tiempo de reclusión (mayor o menor que la media de 3.4 años), tal como se muestra en la siguiente tabla (Tabla 9).

Tabla 9

Resultados de la comparación entre la clasificación penitenciaria, las visitas que reciben los participantes, el tipo de delito que perpetraron y el periodo de reclusión que tienen, con respecto a las variables de estudio (T-Student)

CLASIFICACIÓN PENITENCIARIA						
Variable	Grupo	N	Media	DE	t	p
Bienestar subjetivo	Sentenciado	80	238.38	42.95	4.05	.000
	Procesado	80	262.26	30.50		
Propósito de vida	Sentenciado	80	108.85	17.37	2.31	.022
	Procesado	80	115.36	18.14		
VISITAS						
Bienestar subjetivo	No recibe	31	230.94	46.53	3.16	.002
	Recibe	129	254.98	35.64		
Resiliencia	No recibe	31	63.83	15.15	1.95	.050
	Recibe	129	70.10	16.26		
Propósito de vida	No recibe	31	99.41	17.39	4.64	.000
	Recibe	129	115.15	16.83		
TIPO DE DELITO						
Bienestar subjetivo	Contra las personas	115	255.03	33.72	2.47	.014
	Contra la propiedad	45	238.29	48.46		
TIEMPO DE RECLUSIÓN (CPRS)						
Bienestar subjetivo	< $\bar{x}$ (3.4)	106	258.92	34.26	4.09	.000
	> $\bar{x}$ (3.4)	54	233.43	42.45		
Propósito de vida	< $\bar{x}$ (3.4)	106	114.13	18.33	2.01	.046
	> $\bar{x}$ (3.4)	53	108.12	16.79		

Nota. Elaboración propia.

Al respecto de la clasificación penitenciaria, se observaron diferencias estadísticamente significativas en el bienestar subjetivo ($t = 4.05$, $p = .000$) y el propósito de vida ($t = 2.31$, $p = .022$), siendo los internos procesados quienes reportaron puntuaciones más elevadas en ambas variables.

En cuanto al contacto con el exterior (frecuencia de visitas), los resultados evidenciaron diferencias significativas entre quienes reciben visitas y quienes no. Los internos con visitas presentaron niveles superiores de bienestar subjetivo ($t = 3.16, p = .002$), resiliencia ($t = 1.95, p = .050$) y propósito de vida ($t = 4.64, p = .000$).

Por otro lado, se identificaron diferencias significativas en el bienestar subjetivo según el tipo de delito ($t = 2.47, p = .014$). Los internos acusados de delitos contra las personas mostraron puntuaciones más altas de bienestar subjetivo en comparación con aquellos cuyo delito fue contra la propiedad.

Posteriormente, se evidenciaron diferencias significativas tanto en el bienestar subjetivo ($t = 4.09, p = .000$) como en el propósito de vida ($t = 2.01, p = .046$) en función del tiempo de internamiento. Los reclusos con menos de 3.4 años en reclusión reportaron niveles más altos en ambas variables.

Por su parte, el análisis de varianza de un factor (ANOVA) determinó las diferencias en las variables de estudio en función de características sociodemográficas como: estado civil, escolaridad, religión y frecuencia de visitas, tal como se observa en la Tabla 10 que se presenta a continuación:

Tabla 10

Resultados de las diferencias en las variables de estudio en función de características sociodemográficas de los participantes (ANOVA)

ESTADO CIVIL						
Variable	Grupo	N	Media	DE	F	p
Bienestar subjetivo	Soltero	66	238.56	42.68	3.97	.004
	Unión libre	47	262.04	30.43		
	Casado	37	260.89	36.59		
	Divorciado	7	234.43	37.22		
	Viudo	3	232.00	31.79		
Propósito de vida	Soltero	66	105.09	16.96	5.42	.000
	Unión libre	47	116.00	18.21		
	Casado	37	119.64	16.86		
	Divorciado	7	115.57	11.25		
	Viudo	3	104.33	10.96		
ESCOLARIDAD						
Resiliencia	Secundaria	106	65.88	15.38	3.04	.012
	Secundaria trunca	5	78.40	7.56		
	Preparatoria trunca	10	73.20	18.02		
	Preparatoria	28	73.57	15.70		
	Licenciatura trunca	7	83.71	11.52		
Estrategias desadaptativas	Licenciatura	4	67.225	29.07	3.21	.009
	Secundaria	106	30.74	9.11		
	Secundaria trunca	5	32.60	6.73		
	Preparatoria trunca	10	26.10	8.69		
	Preparatoria	28	25.35	10.97		
Propósito de vida	Licenciatura trunca	7	22.00	12.02	3.60	.004
	Licenciatura	4	37.50	9.25		
	Secundaria	106	108.85	17.99		
	Secundaria trunca	5	112.20	11.51		
	Preparatoria trunca	10	114.60	11.42		
	Preparatoria	28	118.60	16.47		
	Licenciatura trunca	7	132.85	8.00		
	Licenciatura	4	110.00	30.18		
RELIGIÓN						
Bienestar subjetivo	Agnóstico	19	248.37	55.37	3.09	.029
	Católico	113	254.53	32.87		
	Cristiano	23	240.65	40.84		
	Yoruba	5	207.00	62.20		
FRECUENCIA DE VISITAS						
Bienestar subjetivo	Sin visitas	31	230.94	46.53	5.81	.000
	Anual	13	223.46	45.74		
	Mensual	22	251.59	37.36		
	Quincenal	40	255.53	31.56		
	Semanal	54	263.54	31.39		
Propósito de vida	Sin visitas	31	99.41	17.39	6.04	.000
	Anual	13	108.69	15.86		
	Mensual	22	113.63	18.85		
	Quincenal	40	117.00	14.00		
	Semanal	54	115.96	18.10		

Nota. Elaboración propia.

Sobre el estado civil de los internos se observaron diferencias estadísticamente significativas. En la variable de bienestar subjetivo, existen variaciones relevantes ($F = 3.97$; $p = .004$), destacando que los hombres casados o en unión libre reportaron niveles superiores de bienestar comparados con aquellos que se identificaron como solteros, divorciados o viudos. Asimismo, se hallaron diferencias significativas en el propósito de vida ($F = 5.42$; $p = .000$), siendo nuevamente los casados quienes mostraron mayores puntuaciones.

Al respecto del nivel educativo, se identificaron diferencias significativas en resiliencia ($F = 3.04$; $p = .012$), estrategias desadaptativas de la regulación emocional ($F = 3.21$; $p = .009$) y propósito de vida ($F = 3.60$; $p = .004$). Los reclusos con mayor nivel de escolaridad (particularmente aquellos con estudios de preparatoria o licenciatura trunca) reportaron mayores niveles de resiliencia y propósito de vida, así como una menor tendencia a utilizar estrategias de afrontamiento desadaptativas.

En cuanto a la afiliación religiosa de los participantes, se encontraron diferencias significativas en el bienestar subjetivo ($F = 3.09$; $p = .029$). Los internos identificados con la religión católica reportaron niveles más altos de bienestar en comparación con aquellos que se declararon agnósticos, cristianos o practicantes de la religión yoruba.

En función de la frecuencia con la que los internos recibían visitas, se identificaron diferencias significativas en bienestar subjetivo ($F = 5.81$; $p = .000$) y propósito de vida ($F = 6.04$; $p = .000$). Aquellos que recibían visitas semanales o quincenales mostraron mayores niveles de bienestar y propósito de vida en comparación con quienes recibían visitas esporádicas o no recibían visitas en absoluto.

Finalmente, la prueba post hoc de Bonferroni se aplicó como complemento al análisis ANOVA, logrando identificar entre qué pares específicos de grupos se encontraban las diferencias significativas previamente detectadas (Tabla 11).

Tabla 11

Resultados de la prueba post hoc de Bonferroni para bienestar subjetivo, propósito de vida y resiliencia según estado civil, escolaridad, religión y frecuencia de visitas de los participantes.

ESTADO CIVIL					
Variable	Grupo	F	p	Diferencia de $\bar{x}$	P
Bienestar subjetivo	Soltero vs Unión libre	3.97	.004	23.48	.013
	Soltero vs Casado			22.33	.044
Propósito de vida	Soltero vs Unión libre	5.42	.000	10.90	.010
	Soltero vs Casado			14.55	.001
ESCOLARIDAD					
Resiliencia	Secundaria vs Licenciatura trunca	3.04	.012	17.82	.050
Propósito de vida	Secundaria vs Licenciatura trunca	3.60	.004	23.99	.008
RELIGIÓN					
Bienestar subjetivo	Católico vs Yoruba	3.09	.029	47.53	.044
FRECUENCIA DE VISITAS					
Bienestar subjetivo	Sin visitas vs Semanal	5.81	.000	32.60	.001
	Anual vs Semanal			40.07	.006
Propósito de vida	Sin visitas vs Mensual	6.04	.000	14.21	.031
	Sin visitas vs Quincenal			17.58	.000
	Sin visitas vs Semanal			16.54	.000

Nota. Elaboración propia.

Estos hallazgos confirman que las diferencias identificadas por el ANOVA no solo fueron globales, sino también significativas entre grupos concretos. Variables como el estado civil, nivel educativo, religión y frecuencia de visitas no solo son descriptivamente distintas, sino que tienen un impacto estadísticamente comprobado sobre los niveles de bienestar subjetivo, resiliencia, regulación emocional y propósito de vida de la población penitenciaria masculina estudiada.

5.4. Análisis de correlación

Con el objetivo de explicar las asociaciones entre las variables estudiadas se realizó el análisis de correlación de Pearson con un intervalo de confianza del 95% y un nivel de significancia del 0.05, permitiendo además identificar la fuerza y dirección con la que interactúan los constructos evaluados, para así generar interpretaciones claras y profundas sobre el impacto que tienen entre sí. En este entendido, se presentan a continuación los resultados obtenidos (Tabla 12).

Tabla 12

Tabla correlación entre el bienestar subjetivo, el propósito de vida, la resiliencia y las estrategias de la regulación emocional

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 Bienestar subjetivo	----														
2 Propósito de vida total	.48**	----													
3 Percepción de sentido	.50**	.93**	----												
4 Vivencia de sentido	.32**	.80**	.59**	----											
5 Actitud ante la muerte	.39**	.86**	.72**	.60**	----										
6 Resiliencia total	.29**	.37**	.33**	.32**	.32**	----									
7 Persistencia-tenacidad- autoeficacia	.26**	.34**	.31**	.28**	.28**	.93**	----								
8 Adaptabilidad y redes de apoyo	.26**	.33**	.30**	.29**	.26**	.79**	.56**	----							
9 Control y propósito	.23**	.28**	.23**	.25**	.25**	.80**	.67**	.51**	----						
10 Regulación E (Desadaptativas)	-.30**	-.31**	-.27**	-.21**	-.35**	-.15	-.17*	-.05	-.15	-----					
11 Autoculpa	-.29**	-.18*	-.15	-.14	-.19**	-.06	-.13	.09	-.08	.72**	----				
12 Rumiación	-.27**	-.30**	-.27**	-.20**	-.32**	-.17*	-.17*	-.14	-.10	.81**	.40**	----			
13 Catastrofización	-.16*	-.25**	-.20**	-.16**	-.31**	-.12	-.09	-.09	-.16*	.79**	.27**	.56**	----		
14 Regulación E (Adaptativas)	.06	.09	.09	.09	.02	-.00	-.07	.14	-.05	.43**	.36**	.34**	.29**	----	
15 Focalización positiva	.20**	.29**	.24**	.31**	.19*	.11	.05	.18*	-.10	-.02	-.02	-.11	.05	.62**	----

Nota. ** . La correlación es significativa en el nivel 0,01

* . La correlación es significativa en el nivel 0,05

Bienestar subjetivo (considerando el total de los reactivos)

Propósito de vida (considerando el total de los reactivos)

Resiliencia (considerando el total de los reactivos de las dimensiones: persistencia-tenacidad-autoeficacia, adaptabilidad y redes de apoyo y control y propósito)

Regulación emocional (considerando para las estrategias adaptativas, el total de los reactivos de la dimensión de focalización positiva y para las estrategias desadaptativas, el total de los reactivos de las dimensiones: autoculpa, rumiación y catastrofización).

Inicialmente, la correlación entre el bienestar subjetivo y el puntaje global de la variable propósito de vida fue positiva moderada y significativa. Esto indica que, en el contexto de la investigación, el bienestar subjetivo y el propósito de vida se entrelazaron como recursos psicológicos clave para tener una percepción satisfactoria y significativa de la vida aun en reclusión. En términos prácticos el coeficiente de Pearson ($r = .48^{**}$) y la significancia ($p < 0.01$), sugirieron que a medida que los individuos en reclusión reportaron un alto nivel de bienestar subjetivo, también tendían a percibir un mayor sentido de propósito en sus vidas, y viceversa.

En cuanto a la relación entre el bienestar subjetivo y las subdimensiones del propósito de vida se observó una interacción consistente y positiva, donde el bienestar subjetivo y la percepción de sentido tuvieron una correlación positiva fuerte y significativa ($r = .50^{**}$, $p < 0.01$), de hecho, el coeficiente de esta dimensión fue el valor más alto reportado por las PPL entre las tres subdimensiones de este constructo, interpretando que, aunque en el contexto de la privación de la libertad las oportunidades de autorrealización pueden ser limitadas, las PPL que logran desarrollar o mantener el sentido de su vida, experimentan también un bienestar subjetivo más elevado.

La correlación entre el bienestar subjetivo y la actitud ante la muerte fue positiva y moderada ($r = .39^{**}$, $p < 0.01$), esto podría ser un indicador de que las PPL que aceptan la finitud de la vida tienen mayores niveles de bienestar subjetivo, resaltando que la idea de la muerte es un aspecto que particularmente en el contexto carcelario es relevante ya que se intensifica la forma en que integran este suceso en su vida.

Por otro lado, aunque en menor medida, la relación que guarda el bienestar subjetivo con la dimensión de vivencia de sentido ($r = .32^{**}$, $p < 0.01$), fue positiva y moderada, evidenciando que las personas privadas de la libertad que encontraron la manera de dotar de significado sus actividades cotidianas dentro del centro preventivo, por ejemplo, en sus

relaciones, trabajo, aprendizaje, ejercicio o reflexión personal tenían una mayor percepción de bienestar.

Respecto a la relación entre el bienestar subjetivo y la puntuación total de la resiliencia esta fue moderada baja y significativa ($r = .29^{**}$, $p < 0.01$), de esta manera, la resiliencia como constructo global que abarca la capacidad para adaptarse y prosperar frente a los desafíos, en el contexto penitenciario sugirió que las personas que reportaron un mayor bienestar subjetivo poseían a su vez una mayor habilidad para manejar el estrés y las condiciones de encierro. Agregando que, aunque esta relación es relevante, no es tan fuerte como la observada con el propósito de vida.

En cuanto a la relación entre el bienestar subjetivo y la dimensión de persistencia, tenacidad y autoeficacia fue positiva y moderada baja con valores de $r = .26^{**}$ y $p < 0.01$, lo que podría reflejar que la fortaleza interna para perseverar en metas, confiar en sí mismos y encontrar la manera de superar las limitaciones impuestas por su situación, incrementa la percepción de bienestar en las PPL.

Con relación a la interacción entre el bienestar subjetivo y la adaptabilidad y las redes de apoyo, se observó una asociación positiva y moderada baja ($r = .26^{**}$, $p < 0.01$), interpretando que adaptarse a las condiciones adversas del entorno carcelario y contar con relaciones personales significativas (con otros internos, con familiares o con personal penitenciario) resalta el soporte social para mantener un mayor bienestar.

Sobre la relación entre el bienestar subjetivo y el control y propósito (última dimensión de la resiliencia) fue la más baja, no obstante, continuo siendo significativa ($r = .26^{**}$, $p < 0.01$) sugiriendo que las PPL que logran mantener una sensación de control en su vida, aun en un entorno restringido, tienen una mayor percepción de bienestar, y viceversa.

Finalmente, la correlación entre el bienestar subjetivo y la regulación emocional, tanto en su forma global (estrategias adaptativas y desadaptativas) como en sus

subdimensiones específicas fue significativa, aunque varió en dirección (positiva para las estrategias adaptativas y negativa para las desadaptativas), reflejo efectos opuestos sobre el bienestar.

En la puntuación total de las estrategias desadaptativas de la regulación emocional se observó una correlación negativa y moderada ($r = -.30^{**}$, $p < 0.01$), lo que pone en manifiesto que las posibles formas de manejar las emociones tienden a exacerbar el malestar (por ejemplo: obsesionarse con pensamientos negativos o magnificar los problemas).

Asimismo, la correlación entre el bienestar subjetivo y la autculpa, fue significativa, negativa y moderada con valores de $r = .29^{**}$ y $p < 0.01$, lo que podría representar la forma en la que las personas privadas de la libertad se atribuyen responsabilidad por su situación desfavorable actual e incluso por sus acciones pasadas.

Ligeramente menor que la autculpa, la correlación entre el bienestar subjetivo y la rumiación fue significativa, negativa y moderada baja ($r = -.27^{**}$ y $p < 0.01$), esto pudiera representar pensamientos obsesivos y emociones negativas que las mismas PPL generan y que se asocian a un bajo nivel de bienestar.

Como última dimensión desadaptativa, con una correlación significativa, negativa y baja ($r = -.16^{**}$ y $p < 0.05$) con el bienestar subjetivo observamos a la catastrofización, distorsión cognitiva que hace que las personas exageren las consecuencias negativas de una situación.

En contraste, la significativa correlación entre las estrategias adaptativas representadas por la focalización positiva y el bienestar subjetivo es positiva y baja ($r = .20^{**}$ y $p < 0.01$), por ello, comparada con las estrategias desadaptativas el efecto es menos intenso al que generan las estrategias de autculpa o rumiación, ello podría entenderse a partir de las limitaciones del contexto carcelario *per se*. En términos generales, las PPL que

tienden a centrarse en los aspectos positivos de sus experiencias reportaron niveles ligeramente más altos de bienestar subjetivo que aquellos que no lo hacen.

En conclusión, resulta interesante observar que la correlación entre el bienestar subjetivo y el puntaje total de las estrategias adaptativas no es una vía efectiva que mejore el bienestar subjetivo ($r = .06$ y $p > 0.05$).

5.5. Análisis de regresión múltiple jerárquica

A partir de los hallazgos obtenidos en los análisis descriptivos y correlacionales previos, donde se identificaron relaciones significativas que justifican el uso de un modelo multivariado, se procedió a realizar un análisis de regresión lineal múltiple jerárquica. Este enfoque permite estimar la influencia que ejercen las variables independientes seleccionadas sobre el bienestar subjetivo, y evaluar la contribución individual de cada predictor. Además, ofrece métricas fundamentales para la interpretación del ajuste de los modelos, tales como los coeficientes estandarizados (β), los valores de significancia estadística (p), el coeficiente de determinación (R^2), y el cambio en dicho coeficiente al incorporar nuevos predictores (ΔR^2). Todo ello, desde una perspectiva inferencial y en concordancia con los supuestos teóricos de la regresión: independencia, normalidad y homocedasticidad (Field, 2004; Silva, 1998).

Con el objetivo de evaluar el impacto de las variables predictoras sobre la variable dependiente se presentan los resultados de esta estrategia analítica, mencionando que, se estimaron cuatro modelos sucesivos, incorporando progresivamente nuevos constructos psicológicos con el fin de observar su influencia sobre la varianza explicada y la significancia estadística de cada coeficiente estandarizado. Cada modelo fue evaluado en términos del coeficiente de determinación (R^2), el incremento de dicho coeficiente al añadir nuevas

variables (ΔR^2), así como las estadísticas F y t , y los valores de p , para identificar los predictores relevantes y observar el aumento en la capacidad explicativa del modelo global.

El primer modelo está integrado por las variables sociodemográficas, clasificación penitenciaria ($\beta = .233, p = .002$) y frecuencia de visitas ($\beta = .280, p = .000$). Este modelo es estadísticamente significativo ($F = 15.782, p < .001$), y explica el 16.7% de la varianza de la variable dependiente ($R^2 = .167$). Las dos variables control mostraron significancia estadística, siendo la frecuencia de visitas el predictor con mayor peso relativo.

En el segundo modelo, se incorporó la variable resiliencia ($\beta = .218, p = .003$), lo que implicó un incremento en la varianza explicada del 4.7% ($\Delta R^2 = .047, R^2 = .214$). El modelo se mantuvo significativo a nivel global ($F = 14.158, p < .001$) y la resiliencia se comportó como un predictor significativo, indicando una contribución independiente y sustancial por encima de los factores sociodemográficos previamente incluidos.

En cuanto al tercer modelo, se añadieron las estrategias de regulación emocional adaptativas ($\beta = .222, p = .004$) y desadaptativas ($\beta = -.320, p < .001$) que constituyen este constructo, observando un aumento considerable en la varianza explicada ($R^2 = .299$), con un incremento del 8.5% respecto al modelo anterior ($\Delta R^2 = .085$). Ambas estrategias fueron estadísticamente significativas, pero, las estrategias desadaptativas tuvieron mayor peso, sugiriendo por su dirección negativa que a medida que aumentan, disminuyen los niveles de bienestar subjetivo.

En el último modelo se incorporó la variable propósito de vida ($\beta = .286, p < .001$), logrando una varianza explicada total del 35.9% ($R^2 = .359$) y un incremento adicional del 6% ($\Delta R^2 = .060$). El modelo mantuvo su significancia global ($F = 14.298, p < .001$). No obstante, se evidenció una disminución en la significancia estadística de algunos predictores previos, tales como la frecuencia de visitas ($p = .086$) y la resiliencia ($p = .095$). A pesar de ello, el propósito de vida se consolidó como el predictor más relevante en términos estadísticos y prácticos.

En conclusión, los resultados obtenidos refuerzan la validez de un enfoque multivariado y multidimensional para el estudio del bienestar subjetivo en contextos penitenciarios. La evolución progresiva de los modelos analíticos muestra que tanto los factores contextuales (clasificación penitenciaria y la frecuencia de visita) como los recursos psicológicos (resiliencia, estrategias de regulación emocional y propósito de vida) aportan significativamente a la explicación del fenómeno y que en particular, las estrategias desadaptativas y el propósito de vida son los predictores con mayor peso explicativo, lo que no solo evidencia su rol fundamental en los procesos de adaptación psicológica en contextos de privación de libertad, sino que también subraya la necesidad de integrar dimensiones personales, existenciales y estructurales en el diseño de intervenciones psicoeducativas y políticas penitenciarias más integrales y humanizadas (Tabla 13).

Tabla 13

Análisis de regresión jerárquica, predictores del bienestar subjetivo

Predictor	β	R^2	ΔR^2	F	t	p
Modelo 1		.167	.167	15.782	39.273	.000
Clasificación penitenciaria	.233					.002
Frecuencia de visitas	.280					.000
Modelo 2		.214	.047	14.158	14.767	.000
Clasificación penitenciaria	.252					.001
Frecuencia de visitas	.250					.001
Resiliencia	.218					.003
Modelo 3		.299	.085	13.157	10.942	.000
Clasificación penitenciaria	.233					.001
Frecuencia de visitas	.183					.012
Resiliencia	.191					.006
E. Adaptativas	.222					.004
E. Desadaptativas	-.320					.000
Modelo 4		.359	.060	14.298	6.687	.000
Clasificación penitenciaria	.201					.004
Frecuencia de visitas	.123					.086
Resiliencia	.115					.095
E. Adaptativas	.162					.030
E. Desadaptativas	-.241					.002
Propósito de vida	.286					.000

Nota. Elaboración propia.

VI. DISCUSIÓN

Comprender los factores que influyen en el bienestar subjetivo en contextos de privación de libertad constituye un reto central en la psicología penitenciaria, dado su impacto en la salud mental, la adaptación institucional y la reinserción social. En este marco, el presente estudio tuvo como objetivo general analizar la capacidad predictiva de la resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida sobre el bienestar subjetivo de PPL del Centro de Prevención y Reinserción Social de Tenango del Valle, Estado de México.

Con relación a los objetivos específicos, el primero consistió en caracterizar a la muestra a partir de su edad, tiempo en internamiento, clasificación penitenciaria, estado civil, tipo de delito, escolaridad y frecuencia de visitas, la distribución fue equitativa entre personas procesadas y sentenciadas, lo cual reflejó una tendencia constante como en muchos centros penitenciarios latinoamericanos, donde los largos procesos judiciales prolongan la estancia sin condena definitiva (ICPR, 2020).

En cuanto al estado civil, la mayoría de los participantes fueron solteros, seguidos por quienes vivían en unión libre o estaban casados. Este patrón coincide con lo reportado por Damian Cuevas (2020), quien señala que las relaciones afectivas inestables o truncadas son comunes en este contexto, influyendo negativamente en la percepción de apoyo social, un componente clave del bienestar subjetivo según el modelo de Ryff (1989).

Respecto al nivel de escolaridad, predominó la educación secundaria completa, seguida de la preparatoria y niveles truncos. Este hallazgo es similar al de Revelo Coral (2021), quien argumenta que los niveles educativos bajos son un factor de riesgo asociado tanto a la comisión de delitos como a la baja percepción de control personal. Este fenómeno puede explicarse mediante el modelo ecológico de Bronfenbrenner, que subraya cómo el acceso desigual a recursos educativos incide en el desarrollo de competencias socioemocionales.

Al respecto de la actividad religiosa, tres cuartas partes de la muestra se identificaron como católicos, lo que resalta el papel de la religión como fuente de sentido existencial, como lo plantean Frankl (1963) en su teoría del sentido de vida y Pargament (1997) en sus estudios sobre afrontamiento religioso.

Asimismo, un alto porcentaje de los internos desempeñaban alguna actividad laboral dentro del penal, lo cual podría estar relacionado positivamente con una mejor adaptación psicosocial y mayor bienestar subjetivo, al ofrecer estructura, propósito y sentido de utilidad (Muzzio, 2021). Este hallazgo fue respaldado por la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (2000), quienes sostienen que la satisfacción de las necesidades de competencia y autonomía es esencial para el bienestar humano, incluso en contextos restrictivos como el penitenciario.

Los delitos más frecuentes fueron homicidio y robo, seguidos por extorsión y delitos sexuales. Esta distribución se alinea con los patrones reportados por el INEGI (2022) en poblaciones penitenciarias masculinas en México. Y aunque no se trataba de variables psicológicas, el tipo de delito incidió en la duración del internamiento y, por ende, en el deterioro o fortalecimiento de variables como, el bienestar subjetivo, la resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida, especialmente si se combinaba con factores como la estigmatización o el acceso a redes de apoyo social.

Respecto al segundo objetivo específico, que fue examinar los niveles de bienestar subjetivo en función del grado de resiliencia, regulación emocional y propósito de vida, los resultados mostraron niveles diferenciados entre estas variables. El bienestar subjetivo se ubicó mayormente en un rango medio, lo cual es consistente con estudios en contextos carcelarios que han encontrado que, si bien la privación de libertad impacta negativamente el bienestar psicológico, este no se reduce de forma uniforme gracias a factores personales de afrontamiento (Navarro-Yepes et al., 2024).

El encarcelamiento, aunque altera la calidad de vida, no anula totalmente la posibilidad de experimentar afectos positivos o satisfacción, especialmente cuando se desarrollan recursos internos para manejar la adversidad.

En cuanto a la resiliencia, los internos presentaron niveles moderados y altos, a pesar del contexto restrictivo y muchas veces hostil, una parte significativa de PPL ha logrado construir mecanismos de resistencia psicológica. Este hallazgo coincide con lo señalado por Grotberg (1995), quien plantea que la resiliencia puede desarrollarse en ambientes adversos a partir de recursos personales, redes de apoyo y experiencias de superación.

Investigaciones como las de Cantizani Maíllo (2020), Luna (2013) y Vargas Sánchez et al. (2020) coinciden con estos resultados, destacando que el apoyo familiar y la participación en actividades significativas favorecen el desarrollo de la resiliencia en población penitenciaria.

Respecto a la regulación emocional, se observó una mayor tendencia al uso de estrategias adaptativas frente a las desadaptativas. Este patrón sugiere que los internos, expuestos a un entorno emocionalmente demandante, han desarrollado ciertas habilidades para modular sus reacciones emocionales. Según Gross (2014), la regulación emocional es un proceso dinámico que se fortalece con la experiencia y el aprendizaje social, incluso en contextos restrictivos. No obstante, el uso simultáneo de estrategias desadaptativas como la supresión o la evitación también es indicativo de una posible sobrecarga emocional que requiere atención psicoeducativa.

Referente al propósito de vida, una parte considerable de los internos reportó altos niveles de sentido vital. Este hallazgo adquirió especial relevancia considerando que el propósito en la vida se ha identificado como un factor protector crucial en poblaciones vulnerables (Frankl, 1963; García-Alandete, 2014).

En el entorno penitenciario, el hecho de que muchos internos mantengan un propósito relacionado con su red familiar, su fe o metas de superación personal es un indicio esperanzador, pues este sentido vital actúa como eje de estabilidad psicológica y motivación para la reinserción.

Con relación al tercer objetivo específico, que consistió en describir la relación entre el bienestar subjetivo y las variables psicológicas de estudio, se encontró que la resiliencia se comportó como un predictor positivo del bienestar subjetivo, lo cual es ampliamente respaldado por la literatura (Hu et al., 2014; Leidenfrost, 2016; Luna, 2013; Torres Terrazas (2023); Sygit-Kowalkowska et al., 2017, 2022). La resiliencia representa la capacidad de una persona para superar experiencias adversas sin comprometer su bienestar emocional. En contextos penitenciarios, ha demostrado ser un recurso que permite mantener estabilidad psicológica. Estos hallazgos refuerzan la hipótesis de que, incluso en condiciones estructuralmente desfavorables como el encierro carcelario, los individuos pueden desplegar recursos internos de afrontamiento que modulan el impacto del estrés y favorecen la preservación del sentido de sí. Esto se alinea con un enfoque salutogénico de la salud mental, que reconoce que la resiliencia puede emerger y fortalecerse aun en contextos de extrema adversidad, representando una oportunidad para diseñar intervenciones psicosociales centradas en estos recursos.

En cumplimiento del cuarto objetivo específico, se realizó un análisis comparativo para examinar las diferencias en los niveles de bienestar subjetivo, resiliencia, regulación emocional y propósito de vida considerando variables sociodemográficas y penitenciarias como tiempo de internamiento, clasificación penitenciaria, estado civil, tipo de delito, escolaridad y frecuencia de visitas. Las pruebas estadísticas *t* de Student, ANOVA y Bonferroni revelaron diferencias significativas en diversas variables, permitiendo comprender cómo ciertas condiciones personales y contextuales inciden en el desarrollo psicológico de las personas privadas de libertad.

Las PPL con menos de 3.4 años de reclusión reportaron niveles significativamente más altos de bienestar subjetivo y propósito de vida. Este resultado insinuó que la prolongación del encierro tiende a erosionar el estado emocional, reduciendo el sentido de propósito y la percepción de bienestar, lo cual concuerda con Beckett y Goldberg (2022), quienes afirman que el encarcelamiento prolongado intensifica la exposición a estresores estructurales, afectando negativamente la salud mental.

En cuanto a la clasificación penitenciaria, los internos procesados mostraron mayores niveles de bienestar subjetivo y propósito de vida que los sentenciados. Esto podría estar relacionado con la percepción de una posible resolución favorable del proceso judicial, que mantiene activa la esperanza. Haney (2018) sostiene que la incertidumbre jurídica, aunque angustiante, puede ser menos perjudicial que el cierre definitivo que impone la sentencia, la cual exige una resignificación más estructurada pero menos flexible del proyecto de vida.

Los análisis del estado civil mostraron que los internos casados o en unión libre tuvieron mayores niveles de bienestar subjetivo y propósito de vida que los solteros. Este hallazgo puede explicarse por el apoyo emocional y el sentido de pertenencia que brinda una relación afectiva estable. La teoría del apego respalda esta observación al señalar que las relaciones significativas ofrecen una base segura que facilita el afrontamiento del estrés (Bowlby, 1988).

El estudio de Cataldi y Cataldi (2024) también muestra que mantener vínculos afectivos firmes durante la reclusión funciona como un factor protector frente al malestar psicológico y disminuye el riesgo de reincidencia. En sus hallazgos destacan que las relaciones familiares sólidas y las interacciones afectivas positivas dentro del entorno penitenciario favorecen el bienestar emocional y fortalecen las posibilidades de reintegración social.

Asimismo, un estudio en mujeres reclusas realizado por Beer et al. (2007) indicó que, aunque las relaciones románticas pueden presentar desafíos en prisión, aquellas caracterizadas por una alta satisfacción emocional se asocian con una mejor adaptación institucional y bienestar psicológico.

Aunque contraintuitivo, los resultados referentes al tipo de delito revelaron que los internos procesados por delitos contra las personas presentaron mayores niveles de bienestar subjetivo que aquellos involucrados en delitos contra la propiedad. Este hallazgo podría explicarse por diferencias en la percepción subjetiva de las consecuencias morales y sociales del delito. García-Alandete (2014) argumenta que el propósito de vida está estrechamente ligado a la autovaloración moral, la cual puede fluctuar según el tipo de delito y el significado que le atribuya el individuo.

El nivel educativo mostró una influencia significativa en la resiliencia y el propósito de vida. En concreto, los internos con estudios de preparatoria y licenciatura trunca alcanzaron puntuaciones superiores. Este resultado coincide con lo reportado por Cutler y Lleras-Muney (2010), quienes afirman que la educación formal promueve habilidades cognitivas, pensamiento crítico y estrategias de afrontamiento emocional más funcionales, que en el entorno penitenciario se traducen en una mayor capacidad para proyectarse hacia el futuro y resistir psicológicamente las condiciones adversas.

También se identificó una relación significativa entre la frecuencia de visitas y los niveles de bienestar subjetivo y propósito de vida. Los internos que recibían visitas semanales o quincenales reportaron mayores puntuaciones que aquellos que no recibían. Esto concuerda con lo reportado por Jiang y Winfree (2006), quienes observaron que el apoyo social constante, especialmente de familiares, actúa como amortiguador emocional ante los efectos del encierro, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la motivación para el cambio. En conjunto, estos hallazgos subrayan la necesidad de considerar factores sociodemográficos y penitenciarios específicos al diseñar intervenciones psicológicas y

programas de rehabilitación. La promoción del contacto social, el acceso a la educación y el fortalecimiento de vínculos afectivos deberían constituir pilares en las políticas de salud mental dirigidas a población penitenciaria.

Por último, a través de un modelo de regresión jerárquica, se evaluó la contribución relativa de cada una de estas variables, permitiendo identificar predictores significativos y destacar la importancia de los recursos psicológicos internos en esta población. Los hallazgos revelaron que el modelo final, que integró las variables psicológicas estudiadas, explicó el 35.9% de la varianza del bienestar subjetivo, siendo el propósito de vida el predictor más fuerte. Investigaciones previas han reportado resultados similares al identificar una relación positiva y significativa entre el propósito de vida y el bienestar subjetivo (Chuquimia Sivila & Rocha Medina, 2024; Kishimoto, 2023; Reker, 1977). En un estudio realizado en el penal de Cajamarca, Cabrera Calderón (2019) identificó una correlación negativa y significativa entre la ansiedad y el propósito de vida, sugiriendo que a medida que aumentan los niveles de ansiedad, disminuye el sentido de propósito. Este hallazgo es especialmente relevante en el contexto penitenciario, donde los internos enfrentan altos niveles de estrés, incertidumbre y rupturas en sus proyectos de vida, y es que, la presencia de un propósito claro actúa como un factor protector frente al deterioro emocional, facilitando mecanismos de afrontamiento más saludables.

Se demuestra así que el propósito de vida no solo mitiga la ansiedad, sino que también potencia dimensiones clave del bienestar subjetivo, como el afecto positivo, la esperanza y la motivación para el cambio personal, incluso en este sector poblacional, donde las condiciones adversas pueden socavar la salud mental y la percepción del futuro.

Todo ello es consistente con las propuestas teóricas de Viktor Frankl (1963) sobre la necesidad de sentido como eje del funcionamiento psicológico humano, particularmente en condiciones extremas como la prisión.

VII. CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

Los resultados de esta investigación evidencian que la resiliencia, la regulación emocional y el propósito de vida se configuran como variables psicológicas con una capacidad predictiva estadísticamente significativa sobre el bienestar subjetivo en población penitenciaria. Estos constructos, entendidos como recursos intrapsíquicos de afrontamiento, autorregulación y sentido vital, demuestran un papel central en la modulación del impacto emocional de la reclusión, constituyéndose como pilares fundamentales para la adaptación psicosocial.

Particularmente, el propósito de vida emergió como el predictor más fuerte, lo cual subraya su papel como recurso psicológico para enfrentar las condiciones adversas del encierro. Aquellos internos que manifestaron un sentido claro de propósito reportaron mejores niveles de bienestar, lo cual refuerza la necesidad de fomentar intervenciones que fortalezcan el sentido vital en este escenario.

Asimismo, se demostró que una parte importante de los internos empleo estrategias de regulación emocional adaptativas, lo que se asocia con una mejor capacidad de afrontamiento. Sin embargo, la coexistencia de estrategias desadaptativas señala la importancia de implementar programas psicoeducativos que promuevan habilidades de regulación emocional efectivas y sostenibles.

Respecto a la resiliencia, se observó que muchos internos tuvieron niveles moderados y altos de este recurso, especialmente aquellos que contaban con redes de apoyo familiar y que participaban en actividades significativas dentro del penal, y es que, la resiliencia, en este contexto, actúa como un factor protector clave frente al deterioro emocional, facilitando la adaptación institucional y la construcción de un proyecto de vida.

Además, desde un enfoque comparativo, se identificaron diferencias significativas en el bienestar subjetivo y en sus predictores según el tiempo de internamiento, el estado

civil, la clasificación jurídica, el tipo de delito, el nivel educativo y la frecuencia de visitas. En general, aquellos internos con menos tiempo de reclusión, con mayor nivel educativo y con relaciones afectivas activas mostraron mejores índices de bienestar, lo cual puso en evidencia la influencia de factores contextuales y personales en la experiencia emocional de la reclusión.

En términos generales, la investigación cumplió con los objetivos planteados, aportando evidencia empírica relevante sobre la relación entre variables psicológicas positivas y el bienestar subjetivo en contextos penitenciarios. Los hallazgos invitan a repensar las políticas de atención psicosocial al interior de las prisiones, incorporando estrategias que favorezcan el desarrollo personal, el fortalecimiento emocional y la construcción de sentido, como pilares para la reinserción.

Para futuras investigaciones, se recomienda realizar estudios longitudinales que permitan observar la evolución del bienestar subjetivo y sus predictores a lo largo del tiempo de internamiento. Además, sería pertinente profundizar en el análisis de otras variables como la espiritualidad, la calidad de las relaciones familiares y el acceso a programas educativos y laborales, a fin de ampliar la comprensión de los factores que inciden en la salud mental de las PPL. También se sugiere explorar el impacto de variables institucionales, como las condiciones carcelarias, el clima organizacional y la disponibilidad de servicios psicológicos, en el fortalecimiento o deterioro del bienestar subjetivo.

La inclusión de metodologías mixtas y enfoques participativos podría enriquecer la perspectiva sobre las trayectorias de adaptación psicosocial de esta población y aportar datos más robustos para el diseño de políticas públicas integrales orientadas a la rehabilitación y reintegración efectiva.

Referencias

- Abbas, N., Raza, M. A., Hussain, W., & Abbas, K. (2024). Aristotle's Eudemonia and its impact on Human Well-being in Modern Psychology: A Critical Analysis. *International Journal of Contemporary Issues in Social Sciences*, 3(1), 2307–2318. https://www.researchgate.net/publication/382624790_ARISTOTLE'S_EUDEMONIA_AND_ITS_IMPACT_ON_HUMAN_WELL-BEING_IN_MODERN_PSYCHOLOGY_A_CRITICAL_ANALYSIS
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Álvarez Astorga, A., García Azorín, D., Hernández, M., de la Red Gallego, H., Sotelo, E., Uribe, F., & Guerrero Peral, Á. L. (2021). Pensamiento catastrófico ante el dolor: Presencia en una población de migrañosos. *Neurología*, 36(1), 24–28. <https://doi.org/10.1016/j.nrl.2018.09.014>
- Angarita Gámez, J., & Rodríguez Solano, R. (2023). *Relación entre bienestar psicológico y los factores históricos de las personas privadas de la libertad de la Cárcel Modelo de Barranquilla* [Tesis de maestría, Corporación Universidad de la Costa]. <https://repositorio.cuc.edu.co/handle/11323/10422>
- Anguas, A., & Reyes, I. (1999). *Validación de la escala EMMBSAR: Escala Multidimensional para la medición del Bienestar Subjetivo de Anguas-Plata y Reyes-Lagunes*. En E. V. Vinet (presidente). Estado actual y perspectivas futuras en la evaluación de la personalidad en los países latinoamericanos. Simposio efectuado en el XXVII Congreso Interamericano de Caracas Venezuela.

- Anguas, A. (1997). *El significado del bienestar subjetivo, su valoración en México* [Tesis de maestría, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México]. <https://hdl.handle.net/20.500.14330/TES01000255857>
- Anguas, A., Covarrubias, G., Sánchez, A., Estrada, B. & Reyes, I. (2000). Estructura del Bienestar en estudiantes universitarios: Una comparación por área de estudio. *La Psicología Social en México*, 9(1), 527–535. <https://doi.org/10.46990/iuatro.2023.12.1.2>
- Arrigo, B. A., & Bullock, J. L. (2007). The psychological effects of solitary confinement on prisoners in supermax units: Reviewing what we know and recommending what should change. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 52(6), 622–640. <https://doi.org/10.1177/0306624X07309720>
- Ávila Navarro, A. G., & López Vázquez, E. G. (2022). Análisis del sistema penitenciario mexicano y los retos de la reinserción social. *Archivos de Criminología, Seguridad Privada y Criminalística*, 19(10), 75–86. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8333920>
- Barnert, E. S., Abrams, L. S., Dudovitz, R., Coker, T. R., & Bath, E. (2019). What is the relationship between incarceration of children and adult health outcomes? *Academic Pediatrics*, 19(3), 342–350. <https://doi.org/10.1016/j.acap.2018.06.005>
- Barraza-López, R. J., Muñoz-Navarro, N. A., & Behrens-Pérez, C. C. (2017). Relación entre inteligencia emocional y depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de primer año. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 55(1), 18–25. https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0717-92272017000100003

- Baumeister, R.F., Vohs, K.D., Nathan DeWall, C. & Liqing Zhang. (2007). Cómo la emoción influye en el comportamiento: Retroalimentación, anticipación y reflexión, en lugar de causalidad directa. *Personality and Social Psychology Review*, 11(2), 167–203. <https://doi.org/10.1177/1088868307301033>
- Beaudry, G., Yu, R., Perry, A. E., & Fazel, S. (2021). Effectiveness of psychological interventions in prison to reduce recidivism: A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *The Lancet Psychiatry*, 8(9), 759–773. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00170-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00170-X)
- Beckett, K., & Goldberg, A. (2022). The effects of imprisonment in a time of mass incarceration. *Crime and Justice*, 51(1), 349–398. <https://doi.org/10.1086/721018>
- Becoña Iglesias, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 11(3), 125–146. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.11.num.3.2006.4024>
- Beer, A. M., Morgan, R. D., Garland, J. T., & Spanierman, L. B. (2007). The role of romantic/intimate relationships in the well-being of incarcerated females. *Psychological Services*, 4(4), 250–261. <https://doi.org/10.1037/1541-1559.4.4.250>
- Bobes, J., García-Portilla, M. P., Bascarán, M. T., Sáiz Martínez, P. A., & Bousoño García, M. (2001). Validación española de la Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 2(2), 80–86. https://cmvinalo.webs.ull.es/docencia/Posgrado/CUESTIONARIOS-ESCALAS-EVALUACION/banco%20de%20instrumentos%20psicometricos_libro.pdf
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>

- Borkovec, T. D., Robinson, E., Pruzinsky, T., & DePree, J. A. (1983). Preliminary exploration of worry: Some characteristics and processes. *Behaviour Research and Therapy*, 21(1), 9–16. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(83\)90121-3](https://doi.org/10.1016/0005-7967(83)90121-3)
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. Basic Books.
- Brazão, N., Rijo, D., Salvador, M. d. C., & Pinto-Gouveia, J. (2018). Promoción de la regulación emocional y conductual en reclusos varones: Análisis de datos secundarios de un ensayo controlado aleatorizado que evalúa la eficacia del creciente programa prosocial. *Derecho y Comportamiento Humano*, 42(1), 57–70. <https://doi.org/10.1037/lhb0000267>
- Brickman, P., Coates, D., & Janoff-Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? *Journal of Personality and Social Psychology*, 36(8), 917–927. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.36.8.917>
- Cabanach, R., Souto-Gestal, A., González Doniz, L., & Corrás Vázquez, T. (2018). Afrontamiento y regulación emocional en estudiantes de fisioterapia. *Universitas Psychologica*, 17(2), 1–13. <https://www.redalyc.org/journal/647/64755019014/64755019014.pdf>
- Cabrera Calderón, C. R. M. (2019). *Bienestar psicológico y ansiedad en internas de un penal de Cajamarca 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/21968>
- Calleja, N., & Mason, T. A. (2020). Escala de bienestar subjetivo (EBS-20 y EBS-8): Construcción y validación. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 55(2), 185–201. <https://doi.org/10.21865/ridep55.2.14>
- Cantizani Maíllo, R. (2020). Justicia restaurativa y resiliencia familiar de las personas privadas de libertad en México. *Estudios de Derecho*, 78(171), 299–318. <https://doi.org/10.17533/udea.esde.v78n171a12>

- Castillo Huerta, P., Ruvalcaba Romero, N. A., Fisak, B., Berman, N., & Gallegos Guajardo, J. (2019). Validación del Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva, Versión Corta (CERQ-VC) para población mexicana. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 21(1), 57–82. <https://pure.udem.edu.mx/es/publications/validaci%C3%B3n-del-cuestionario-de-regulaci%C3%B3n-emocional-cognitiva-ver>
- Cataldi, L., & Cataldi, S. (2024). Prison and love: The Role of Affection and Rehabilitative Actions in Reducing Recidivism and Beyond. *Social Sciences*, 13(6), 323. <https://doi.org/10.3390/socsci13060323>
- Chen, X., Song, Y., & Li, L. (2023). An examination of the effects of family, school, and community resilience on individual resilience among high school students. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1279577. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1279577>
- Cheung, F., & Lucas, R. E. (2014). Assessing the validity of single-item life satisfaction measures: Results from three large samples. *Quality of Life Research*, 23(10), 2809–2818. <https://doi.org/10.1007/s11136-014-0726-4>
- Chuquimia Sivila, J. A., & Rocha Medina, M. (2024). Sentido de vida de mujeres privadas de libertad del centro penitenciario “San Sebastián Mujeres”. *Revista Criterio*, 4(6), 26–37. <https://doi.org/10.62319/criterio.v.4i6.25>
- Comisión de Derechos Humanos del Estado de México. (2022, 23 de enero). *Verifica personal de la CODHEM la operatividad del Centro Penitenciario y de Reinserción Social de Tenango del Valle* [Comunicado de prensa]. <https://www.codhem.org.mx/no9-2022/>
- Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH). (2008). *Principios y buenas prácticas sobre la protección de las personas privadas de libertad en las Américas*. Organización de los Estados Americanos. <https://www.oas.org/es/cidh/ppl/docs/pdf/Principios-Buenas-Practicas-PPL.pdf>

- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2019). *Recomendación general núm. 9: Sobre la situación de los internos que padecen trastornos mentales y se encuentran en centros de reclusión de la República Mexicana* (2a ed.). México: CNDH. <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-04/Recomendacion-General-09.pdf>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2022). *Diagnóstico nacional de supervisión penitenciaria 2022*. <https://www.cndh.org.mx/documento/diagnostico-nacional-de-supervision-penitenciaria-2022>
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2023). Diagnóstico nacional de supervisión penitenciaria 2023 [Informe]. https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2024-06/DNSP_2023_08Abr24.pdf
- Comité Internacional de la Cruz Roja. (2016). *Protección de las personas privadas de libertad*. Ginebra: CICR. https://www.icrc.org/sites/default/files/topic/file_plus_list/0685_people-deprived-libert_spa_web_.pdf
- Congreso de la Unión. (2016). *Ley Nacional de Ejecución Penal*. Diario Oficial de la Federación. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LNEP.pdf>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. (2023). *Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos* [Texto consolidado]. Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión.
- Costa, P. & McCrae, R. (1984). Personality as a Life long Determinant of Well-being. En C. Z. Malatesta y C. E. Izard (Eds.). *Emotion in Adult Development*. Beverly Hills: Sage.

- Crumbaugh, J. & Maholick, L. (1964). An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20, 589–596. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(196404\)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/1097-4679(196404)20:2<200::AID-JCLP2270200203>3.0.CO;2-U)
- Csikszentmihalyi, M., & Figurski, T. J. (1982). Self-awareness and aversive experience in everyday life. *Journal of Personality*, 50(1), 15–28. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1982.tb00742.x>
- Cuadra, L. H. & Florenzano, U. R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología*, 12(1), 83–96. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2003.17380>
- Cutler, N. E. (1979). Age variations in the dimensionality of life satisfaction. *Journal of gerontology*, 34(4), 573–578. <https://doi.org/10.1093/geronj/34.4.573>
- Cutler, D. M., & Lleras-Muney, A. (2010). Understanding differences in health behaviors by education. *Journal of Health Economics*, 29(1), 1–28. <https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2009.10.003>
- Damian Cuevas, G. P. (2020). *Relaciones sociales en mujeres privadas de libertad: Tepic, Nayarit*. Maestría en Ciencias Sociales, Universidad Autónoma de Querétaro. Recuperado de <https://ri-ng.uaq.mx/handle/123456789/2373>
- Damon, W., Menon, J., & Bronk, K. C. (2003). The development of purpose during adolescence. *Applied Developmental Science*, 7(3), 119–128. https://doi.org/10.1207/S1532480XADS0703_2
- Darke, S., Karam, M. L., Garcés, C., Antillano, A., Carter, J. H., Weegels, J., & Biondi, K. (2017). Informal dynamics of survival in Latin American prisons. *Prison Service Journal*, 229, 51–56. <https://www.crimeandjustice.org.uk/publications/psj/prison-service-journal-229>

- Davis, L. M., Bozick, R., Steele, J., Saunders, J., & Miles, J. N. V. (2013). *Evaluating the effectiveness of correctional education: A meta-analysis of programs that provide education to incarcerated adults*. RAND Corporation. <https://doi.org/10.7249/RR266>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- DeLisi, M., & Piquero, A. R. (2018). *Effortful control, negative emotionality and juvenile recidivism: An empirical test*. *Criminal Justice & Behavior*, 44(8), 1009–1029. <https://doi.org/10.1080/14789949.2016.1145720>
- Díaz-Guerrero, R. (2003). Bajo las garras de la cultura. En *Psicología del mexicano: Descubrimiento de la etnicidad* (Vol. 2). Trillas.
- Diener, E. (2000). Bienestar subjetivo: La ciencia de la felicidad y una propuesta para un índice nacional. *American Psychologist*, 55 (1), 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener, E. & Ryan, K. (2009). Subjective Well-Being: A General Overview. *South African Journal of Psychology*. 39(4): 391–406. <https://doi.org/10.1177/008124630903900402>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E. (1994). Evaluación del bienestar subjetivo: Progreso y oportunidades. *Social Indicators Research*, 31(2), 103–157. <https://doi.org/10.1007/BF01207052>
- Diener, E. (1996). Works on subjective Well-being (review of books). *Journal of Macromarketing*, 16, 135-137.
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(5), 1105–1117. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.47.5.1105>

- Diener, E., & Larsen, R. J. (1993). The experience of emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 405–415). Guilford Press.
- Diener, E., Napa, C., & Lucas, R. (2009). The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. *Springer Netherlands*. 67–100.
https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_4
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 119–139). Pergamon Press.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). *Subjective well-being: Three decades of progress*. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Disabato, D. J., Goodman, F. R., & Kashdan, T. B. (2020). *A hierarchical framework for the measurement of well-being* [Preprint]. PsyArXiv. <https://doi.org/10.31234/osf.io/5rhqj>
- Eisenberg, N., & Spinrad, T. L. (2004). Emotion-related regulation: Sharpening the definition. *Child Development*, 75(2), 334–339. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00674.x>
- Ekman, P. (1992). Un argumento a favor de las emociones básicas. *Cognición y Emoción*, 6 (3–4), 169–200. <https://doi.org/10.1080/02699939208411068>
- Emmons, R. A. (2003). Metas personales, sentido de vida y virtud: Fuentes de una vida positiva. En CLM Keyes y J. Haidt (Eds.), *Florecer: Psicología positiva y una vida plena* (pp. 105-128). Asociación Americana de Psicología. <https://doi.org/10.1037/10594-005>

- Engel, G. L. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129–136. <https://doi.org/10.1126/science.847460>
- Expósito-Duque, V., Torres-Tejera, M. E., & Domínguez Domínguez, J. A. (2024). Determinantes sociales de la ansiedad en el siglo XXI. *Atención Primaria Práctica*, 6(2), 100192. <https://doi.org/10.1016/j.appr.2024.100192>
- Fazel, S., & Seewald, K. (2012). Severe mental illness in 33,588 prisoners worldwide: Systematic review and meta-regression analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 200(5), 364–373. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.111.096370>
- Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M., & Tan, V. (1995). Integración de modelos estructurales descendentes y ascendentes del bienestar subjetivo: Una investigación longitudinal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(1), 138–150. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.138>
- Field, A. (2004). *Discovering statistics using SPSS*. Sage Publications.
- Flores-Cano, O. (2020). *Estudio del bienestar subjetivo en la teoría de la complejidad* [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional Autónoma de México. <https://hdl.handle.net/20.500.14330/TES01000805263>
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Beacon Press.
- Frankl, V. E. (1980). *The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy*. New York: Penguin.
- Frankl, V. E. (1984). *El hombre en busca de sentido* [Man's Search for Meaning; obra original publicada en 1946]. Herder.
- Fredrickson, B. L. (2001). El papel de las emociones positivas en la psicología positiva: La teoría de la expansión y desarrollo de las emociones positivas. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>

- García Martín, M. Á. (2002). El bienestar subjetivo. *Escritos de Psicología*, 6(1), 18–39. Universidad de Málaga, Departamento de Psicología Social. <https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.vi6.13409>
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* (REPI), 17(2), 163–181. <https://www.redalyc.org/pdf/1411/141132947001.pdf>
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311–1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)
- Garofalo, C., Neumann, C. S., & Velotti, P. (2018). Difficulties in emotion regulation and psychopathic traits in violent offenders. *Journal of Criminal Justice*, 57, 116–125. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2018.05.013>
- Gendreau, P., Listwan, S. J., & Kuhns, J. B. (2014). *Making prisoners accountable: Are contingency management programs the answer? Criminal Justice and Behavior*, 41(9), 1079–1102. <https://doi.org/10.1177/0093854814540288>
- George, L. S., & Park, C. L. (2016). Meaning in life as comprehension, purpose, and mattering: Toward integration and new research questions. *Review of General Psychology*, 20(3), 205–220. <https://doi.org/10.1037/gpr0000077>
- Goffman, E. (2016). *The presentation of self in everyday life*. Anchor Books. (Trabajo original publicado en 1959)
- Gómez, A., & Bonilla, S. (2011). Percepción del menor infractor de su dinámica familiar. Caldas, Antioquia, Colombia. <https://repository.unilasallista.edu.co/items/b33914b3-c281-4933-bb85-4a7269ff5047>

- Gómez-Simón, I. (2015). *Dificultades específicas de la regulación emocional en adolescentes con TDAH: Utilidad clínica de la escala DERS* [Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Barcelona].
<https://core.ac.uk/download/pdf/78535832.pdf>
- González-Villalobos, J. Á., & Marrero, RJ (2017). Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en la población mexicana. *Suma Psicológica*, 24(1), 59-66. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2017.01.002>
- Granados, L., Suriá, R., Perea, C., Payá, C., & Sánchez-Pujalte, L. (2022). Effectiveness of a program for the development of socio-emotional competences in people admitted to a penitentiary center. *Frontiers in Public Health*, 10, 1116802. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.1116802>
- Grieco, D. I. (2012). *Rasgos de personalidad y características resilientes en adultos en conflicto con la ley penal*. *CIENCIA ergo-sum*, 19(3).
<http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC106645.pdf>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J. (2014). Regulación emocional: Fundamentos conceptuales y empíricos. En JJ Gross (Ed.), *Manual de regulación emocional* (2.^a ed., págs. 3-20). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2013-44085-001>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J. (1998). Regulación emocional centrada en antecedentes y respuestas: Consecuencias divergentes para la experiencia, la expresión y la fisiología. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 74(1), 224–237. <https://doi.org/10.1037/0022->

- Grotberg, E. H. (1995). *A guide to promoting resilience in children: Strengthening the human spirit* (Early Childhood Development: Practice and Reflections No. 8). The Hague, Netherlands: Bernard van Leer Foundation.
<https://bibalex.org/baifa/Attachment/Documents/115519.pdf>
- Guzmán-González, M., Trabucco, C., Urzúa, A., Garrido, L., & Leiva, J. (2014). Validez y confiabilidad de la versión adaptada al español de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS-E) en población chilena. *Terapia Psicológica*, 32(1), 19–29. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082014000100002>
- Haney, C. (2018). *The psychological effects of solitary confinement: A systematic critique*. *Crime and Justice*, 47(1), 365–416. <https://doi.org/10.1086/696041>
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., y Wilson, K. G. (1999). *Terapia de aceptación y compromiso: Un enfoque experiencial para el cambio de conducta*. Guilford Press.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5.ª ed.). McGraw-Hill.
- Hernández, R. (2009). *Menores infractores en la frontera de México–Estados Unidos: Cultura e identidad frente al papel de las instituciones. Estudios de casos 1996–2008*. México: Porrúa.
- Hewitt-Ramírez, N., Rueda Prada, C. M., & Vega Ruiz, Á. M. (2023). Regulación emocional y habilidades de afrontamiento en profesores colombianos de educación básica primaria. *Revista Guillermo de Ockham*, 21(1), 43–61.
https://www.researchgate.net/publication/365330489_Regulacion_emocional_y_habilidades_de_afrontamiento_en_profesores_colombianos_de_educacion_basica_primaria

- Hill, P. L., & Turiano, N. A. (2014). Purpose in life as a predictor of mortality across adulthood. *Psychological Science*, 25(7), 1482–1486.
<https://doi.org/10.1177/0956797614531799>
- Hill, P. L., Turiano, N. A., Mroczek, D. K., & Burrow, A. L. (2016). *The value of a purposeful life: Sense of purpose predicts greater income and net worth*. *Journal of Research in Personality*, 65, 38–42. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.07.003>
- Hirschi, T. (1969). *Causes of delinquency*. University of California Press.
- Howells, K., Day, A., & Thomas-Peter, B. (2004). Changing violent behaviour: Forensic mental health and criminological models compared. *Journal of Forensic Psychiatry & Psychology*, 15(3), 391–406. <https://doi.org/10.1080/14788940410001655907>
- Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2014). Relation between emotion regulation and mental health: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 67, 22–34.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.01.044>
- Huang, Y., Wu, R., Wu, J., Yang, Q., Zheng, S., & Wu, K. (2020). Psychological resilience, self-acceptance, perceived social support and their associations with mental health of incarcerated offenders in China. *Asian Journal of Psychiatry*, 52, 102166.
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102166>
- Infante, F. (2002). *La resiliencia como proceso*. En A. Melillo & E. N. Suárez (Eds.), *Resiliencia: Descubriendo las propias fortalezas* (p. 31). Paidós.
- Institute for Crime & Justice Policy Research. (2020). *World prison population list* (13th ed.). ICPR, Birkbeck, University of London. <https://www.prisonstudies.org/world-prison-population-list-13>
- Institute for Crime & Justice Policy Research. (2021). *World prison brief: Highest to lowest – occupancy level (based on official capacity)*.
<https://www.prisonstudies.org/highest-to-lowest/occupancy-level>

- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2021, 25 de enero). *Principales resultados del Censo de Población y Vivienda 2020* [Comunicado de prensa]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ResultCenso2020_Nal.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2023). *Encuesta Nacional de Población Privada de la Libertad (ENPOL) 2021: Ciclo informativo sobre reincidencia delictiva*. INEGI. <https://www.inegi.org.mx/programas/enpol/2021/>
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2023, 29 de marzo). *Encuesta Nacional de Adolescentes en el Sistema de Justicia Penal (Enasjup) 2022* [Comunicado de prensa Núm. 172/23]. <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/ENASJUP/ENASJUP2022.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (21 de julio, 2022). *Censo Nacional de Sistema Penitenciario Federal y Estatales 2022. Presentación de resultados generales* [Fichero de datos]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/cnspef/2022/doc/cnsipef_2022_resultados.pdf
- Jiang, S., & Winfree, L. T. (2006). Social support, gender, and inmate adjustment to prison life: Insights from a national sample. *The Prison Journal*, 86(1), 32–55. <https://doi.org/10.1177/0032885505283876>
- Jiménez, R., Albelda, S., & Redondo, S. (2022). *Sentido de vida y delito: Estudio cualitativo con personas privadas de libertad* [Tesis de maestría, Universidad de Barcelona]. CORE. <https://core.ac.uk/download/517408957.pdf>
- Jiménez-Puig, E., Martínez, L., & Alzola, C. (2021). Ansiedad, depresión, bienestar subjetivo y salud mental general en reclusos. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 50(3), e02101292. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-

- Judge, T. A., & Bono, J. E. (2001). Relationship of core self-evaluations traits—Self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control, and emotional stability—with job satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology*, 86(1), 80–92. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.1.80>
- Kabat-Zinn, J. (1990). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. New York: Dell Publishing.
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2000). *Investigación del comportamiento: Métodos de investigación en ciencias sociales* (4.^a ed.). McGraw-Hill.
- Kim, E. S., Chen, Y., Nakamura, J. S., Ryff, C. D., & VanderWeele, T. J. (2021). Sense of Purpose in Life and Subsequent Physical, Behavioral, and Psychosocial Health: An Outcome-Wide Approach. *American Journal of Health Promotion*, 36(1), 137–147. <https://doi.org/10.1177/08901171211038545>
- Kishimoto, R. L. (2023). Propósito en la vida y ansiedad en la población carcelaria latinoamericana. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 8(321). <https://doi.org/10.32351/rca.v8.321>
- Kleres, J. (2011). Emotions and narrative analysis: A methodological approach. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 41(2), 182–202. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.2011.00447.x>
- Kluckow, R., & Zeng, Z. (2022). *Correctional populations in the United States, 2020 – Statistical tables*. Bureau of Justice Statistics. <https://bjs.ojp.gov/library/publications/correctional-populations-united-states-2020-statistical-tables>
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35(6), 906–912. <https://doi.org/10.1093/geronj/35.6.906>

- Kozma, A., Stones, M. J., & McNeil, K. (1991). *Psychological well-being in later life*. Toronto, ON: Butterworths.
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1983). Predictores de la felicidad. *Revista de Gerontología*, 38(5), 626–628. <https://doi.org/10.1093/geronj/38.5.626>
- Kross, E., Ayduk, Ö., & Mischel, W. (2011). When asking “why” does not hurt: Distinguishing rumination from reflective processing of negative emotions. *Psychological Science*, 22(9), 1399–1406. <https://doi.org/10.1177/0956797611419170>
- Leidenfrost, C. M., Calabrese, W., Schoelerman, R. M., Coggins, E., Ranney, M., Sinclair, S. J., & Antonius, D. (2016). Changes in Psychological Health and Subjective Well-Being Among Incarcerated Individuals With Serious Mental Illness. *Journal of correctional health care: the official journal of the National Commission on Correctional Health Care*, 22(1), 12–20. <https://doi.org/10.1177/1078345815618200>
- Lema, A., & Ruales, G. (2020). *Salud mental en entornos penitenciarios* [Tesis de maestría, Universidad de Otavalo]. <http://repositorio.umatv.edu.ec/handle/52000/470>
- Limonero, J. T., Tomás-Sábado, J., Fernández-Castro, J., Gómez-Romero, M. J., & Ardilla-Herrero, A. (2012). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: Predictores de satisfacción con la vida. *Psicología Conductual*, 20(1), 183–196. https://www.researchgate.net/profile/Joaquin-Limonero/publication/234139556_Resilient_coping_strategies_and_emotion_regulation_predictors_of_life_satisfaction_Estrategias_de_afrontamiento_resilientes_y_regulacion_emocional_predictores_de_satisfaccion_con_la_vida/links/0912f50f875b5c8ae5000000/Resilient-coping-strategies-and-emotion-regulation-predictors-of-life-satisfaction-Estrategias-de-afrontamiento-resilientes-y-regulacion-emocional-predictores-de-satisfaccion-con-la-vida.pdf
- Luna, F. (2013). Bienestar subjetivo y satisfacción escolar en la adolescencia. [Tesis doctoral inédita]. Universidad de Girona. España.

- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543–562. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
- Lutz, C. A. (1988). *Unnatural emotions: Everyday sentiments on a Micronesian atoll and their challenge to western theory*. University of Chicago Press.
- MacKenzie, D. L. (2006). *What works in corrections: Reducing the criminal activities of offenders and delinquents*. Cambridge University Press.
- Mak, W. W. S., Ng, I. S. W., & Wong, C. C. Y. (2011). Resilience: enhancing well-being through the positive cognitive triad. *Journal of Counseling Psychology*, 58(4), 610–620. <https://doi.org/10.1037/a0025195>
- Martela, F. & Steger, M. F. (2016). Los tres significados del sentido de la vida: Distinguiendo coherencia, propósito y trascendencia. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531–545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
- Martínez Pérez, M., & Sánchez Aragón, R. (2014). Correlatos entre bienestar subjetivo y regulación emocional del enojo: diferencias por sexo. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 179–198. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614010>
- Martínez Yacelga, A. del R., Hernández-Junco, V., Paredes Miranda, K. V., & Pallo Ávila, M. L. (2023). Relación entre la salud mental y la personalidad en personas privadas de la libertad. *Revista Criminalidad*, 65(2), 23–41. <https://doi.org/10.47741/17943108.481>
- Medrano, L., & Trólogo, M. (2014). Validación de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1345–1356. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.ved>
- Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). *Social Indicators Research*, 16(4), 347–413. <https://doi.org/10.1007/BF00333288>

- Mikulic, I. M., & Crespi, M. C. (2005). Contexto carcelario: un estudio de los estresores y las respuestas de afrontamiento en detenidos primarios y reincidentes. *Anuario de Investigaciones, Ciudad Autónoma de Buenos Aires*, 12, 211–218.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369139941021>
- Morelato, G. (2011). Resiliencia en el maltrato infantil: Aportes para la comprensión de factores desde un modelo ecológico. *Revista de Psicología*, 29(2), 203–224.
<https://doi.org/10.18800/psico.201102.001>
- Morganti, J. B., Nehrke, M. F., & Hulicka, M. I. (1990). Libertad de elección y bienestar en personas mayores institucionalizadas y no institucionalizadas. *Experimental Aging Research*, 16(1), 25–33. <https://doi.org/10.1080/03610739008253871>
- Muñoz Umaña, C. (2007). Perspectiva psicológica del bienestar subjetivo. *Psicogente*, 10(18), 163–173. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497552352006>
- Muzzio, A. (2021). *La inserción socio-laboral de jóvenes ex reclusos* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica Argentina].
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/15135>
- Myers, D. G., & Diener, E. (1997). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10–19.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Navarro-Yepes, N., López-Pérez, P. J., Benítez-Agudelo, J. C., Linero-Racines, R. M., Ariza Álvarez, A., & Blanco Espeleta, M. (2024). *Ansiedad y estrategias de afrontamiento en personas privadas de la libertad en Barranquilla, Colombia*. *Revista Criminalidad*, 66(1), 47–58. <https://doi.org/10.47741/17943108.558>
- Noblejas de la Flor, M. (1999). Estructura factorial del test PIL y Logo-test. *Boletín de Logoterapia y Análisis Existencial NOUS*, 3, 67–84.
https://www.logoterapia.net/uploads/03_noblejas_1999_factorial.pdf

- Noblejas de la Flor, M. Á. (1994). *Logoterapia: fundamentos, principios y aplicación: una experiencia* [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid]. <https://docta.ucm.es/handle/20.500.14352/6032>
- Noblejas de la Flor, M. Á. (2011). El sentido de la vida, dimensión evolutiva: Hallazgos empíricos en la rebaremación del test PIL en España. *Journal of Transpersonal Research*, 3(1), 30–38. <https://www.transpersonaljournal.com/pdf/vol3-issue1/Noblejas%20Maria%20Angeles.pdf>
- Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(3), 504–511. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.109.3.504>
- Observatorio Nacional Ciudadano de Seguridad, Justicia y Legalidad. (2023, enero). *Reporte sobre delitos de alto impacto*. https://onc.org.mx/public/rednacionaldeobservatorios/public/onc_site/uploads/ReporteEnero23.pdf
- Ochsner, K. N., Bunge, S. A., Gross, J. J., & Gabrieli, J. D. E. (2002). Rethinking feelings: An fMRI study of the cognitive regulation of emotion. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 14(8), 1215–1229. <https://doi.org/10.1162/089892902760807212>
- Ochsner, K. N., Silvers, J. A., & Buhle, J. T. (2012). Functional imaging studies of emotion regulation: A synthetic review and evolving model of the cognitive control of emotion. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1251(1), E1–E24. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2012.06751.x>
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). (2017). *Manual sobre estrategias para reducir la sobrepoblación penitenciaria*. https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/17-03452_Spanish_ebook.pdf

- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). (2021). *World crime trends and emerging issues and responses in the criminal justice system*.
https://www.unodc.org/documents/data-and-analysis/statistics/crime/World_crime_trends_2021.pdf
- Okun, M. A., Stock, W. A., Haring, M. J., & Witter, R. A. (1984). The social activity/subjective well-being relation: A quantitative synthesis. *Research on Aging*, 6(1), 45–65.
<https://doi.org/10.1177/0164027584006001003>
- Organización de las Naciones Unidas. (2015). *Reglas mínimas de las Naciones Unidas para el tratamiento de los reclusos (Reglas Nelson Mandela)*.
https://www.unodc.org/documents/justice-and-prison-reform/Nelson_Mandela_Rules-S.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2001). *Informe sobre la salud en el mundo 2001: Salud mental, nuevos conocimientos, nuevas esperanzas*. OMS.
<https://www.who.int/whr/2001/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Estadísticas sanitarias mundiales 2015* (ISBN 978-92-4-156488-5; ISBN 978-92-4-069443-9). Ginebra, Suiza: Autor.
<https://www.who.int/docs/default-source/gho-documents/world-health-statistic-reports/world-health-statistics-2015.pdf>
- Ortega Guzmán, D. A. (2008). Evaluación del bienestar psicológico y resiliencia de internos del CDP Puente Alto con beneficios intrapenitenciarios. *Revista de Estudios Criminológicos y Penitenciarios*, 8(13), 13–31.
<https://www.pensamientopenal.com.ar/system/files/2018/06/miscelaneas46623.pdf>
- Ortega Sarabia, M., & García-Andrés, A. (2020). *La reincidencia delictiva en México: Una aproximación a su estudio*.
https://www.researchgate.net/publication/349740595_La_reincidencia_delictiva_en_Mexico_Una_aproximacion_a_su_estudio

- Ospina Muñoz, D. E. (2007). *La medición de la resiliencia. Investigación y Educación en Enfermería*, 25(1), 58–65. <https://doi.org/10.17533/udea.iee.5346>
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Parr, G. D., Montgomery, M., & DeBell, C. (1998). Flow Theory as a Model for Enhancing Student Resilience. *Professional School Counseling*, 1(5), 26–31. <http://www.jstor.org/stable/42731866>
- Penal Reform International. (2022). Global prison trends 2022. <https://www.penalreform.org/resource/global-prison-trends-2022/>
- Perfil Urbano. (2022, 9 de abril). *Certifica Edomex nueve de sus 22 centros del sistema penitenciario bajo estándares internacionales* [Artículo digital]. Edomex Informa (Perfil Urbano). <http://edomexinforma.com.mx/certifica-edomex-nueve-de-sus-22-centros-del-sistema-penitenciario-bajo-estandares-internacionales/>
- Porges, S. W. (2001). The polyvagal theory: Phylogenetic substrates of a social nervous system. *International Journal of Psychophysiology*, 42(2), 123–146. [https://doi.org/10.1016/S0167-8760\(01\)00162-3](https://doi.org/10.1016/S0167-8760(01)00162-3)
- Reingle Gonzalez, J. M., & Piquero, A. R. (2013). Mental health and recidivism: A systematic review of literature. *Journal of Criminal Justice*, 41(6), 416–426. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2013.06.002>
- Reker, GT (1977). La Prueba de Propósito en la Vida en una población reclusa: Una investigación empírica. *Revista de Psicología Clínica*, 33(3), 688–693. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(197707\)33:3<688::AID-JCLP2270330316>3.0.CO;2-F](https://doi.org/10.1002/1097-4679(197707)33:3<688::AID-JCLP2270330316>3.0.CO;2-F)
- Revelo Coral, A. L. (2021). *Salud mental y tratamiento penitenciario en las personas privadas de la libertad de los centros carcelarios en Colombia: una revisión sistemática* [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia].

<https://repository.ucc.edu.co/handle/20.500.12494/43248>

Ricra Morales, Y. (2017). *Bienestar subjetivo y razones para vivir en internos de un Establecimiento Penitenciario de San Juan de Lurigancho* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11182/Ricra_MY.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Robles, R., & Páez, F. (2003). Estandarización del inventario de afecto positivo y negativo (PANAS) en una muestra representativa de la Ciudad de México. *Salud Mental*, 26(1), 69–75.
https://revistasaludmental.gob.mx/index.php/salud_mental/article/view/938

Rodríguez Piaggio, A. M. (2009). Resiliencia. *Psicopedagogia*, 26(80), 291–302.
<https://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v26n80/v26n80a14.pdf>

Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Ros, I., Fernández-Zabala, A., & Revuelta, L. (2016). Bienestar subjetivo en la adolescencia: el papel de la resiliencia, el autoconcepto y el apoyo social percibido. *Suma Psicológica*, 23(1), 60–69.
<https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2016.02.002>

Rogers, C. R. (1965). La relación terapéutica: Teoría e investigación recientes. *Revista Australiana de Psicología*, 17(2), 95–108.
<https://doi.org/10.1080/00049536508255531>

Romero-Lara, P. R., Guillén-Riquelme, A., & Quevedo-Blasco, R. (2020). Perfil psicosocial, factores de riesgo y reinserción en reclusas adultas: Una revisión sistemática. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 52, 193–217.
<https://doi.org/10.14349/rlp.2020.v52.20>

Ronel, N., & Elisha, I. (2011). Introducing positive criminology: From individual remediation to social inclusion. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 55(5), 694–706. <https://doi.org/10.1177/0306624X11427664>

- Rottenberg, J., Goodman, FR, y Kashdan, TB (2024). Bienestar después de la psicopatología. En JJ Gross y BQ Ford (Eds.), *Manual de regulación emocional* (3.^a ed., págs. 308-314). The Guilford Press
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57(3), 316–331. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>
- Ryff, C. D. (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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (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. D., & Singer, B. (1998). Resilience in adulthood and later life. In J. Lomranz (Ed.), *Handbook of aging and mental health* (pp. 69–96). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0098-2_4
- Samuelson, M., Carmody, J., Kabat-Zinn, J., & Bratt, M. A. (2007). Mindfulness-based stress reduction in Massachusetts correctional facilities. *The Prison Journal*, 87(2), 254–268. <https://doi.org/10.1177/0032885507303753>
- Schwarz, N., & Strack, F. (1991). Evaluating one's life: A judgment model of subjective well-being. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 27–47). Pergamon Press.
- Secretaría de Seguridad del Estado de México (SSEM). (2022). *Diagnóstico Nacional de Supervisión Penitenciaria 2022*. <https://www.ssem.gob.mx/diagnostico-penitenciario-2022.pdf>

- Silva, C. (1998). Manual de análisis multivariado. Editorial de la Universidad de Chile.
- Spector, P. E. (1986). Assessing employee job satisfaction with the Job Satisfaction Survey. *Mental Retardation Systems*, 3, 5–13.
- Steger, MF, Frazier, P., Oishi, S. & Kaler, M. (2006). Cuestionario de sentido de vida: Evaluación de la presencia y la búsqueda de sentido en la vida. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Stewart, W., Coppard, C., & Thompson, A. (2023). Promoting resilience among older people in prisons: a systematic literature review. *Nursing older people*, 10.7748/nop.2023.e1436. Advance online publication. <https://doi.org/10.7748/nop.2023.e1436>
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1997). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 482–493. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.482>
- Sygit-Kowalkowska, E., Piotrowski, A., Boe, O., Rawat, S., Minic, J., Predoiu, A., Predoiu, R., Vazne, Ž., Fernate, A., Malinauskas, R., Phuc Nguyen, N., Blenkinsopp, J. & Martinská, M. (2022). Evaluación del modo de trabajo y su importancia para las relaciones entre el hogar y el trabajo: El rol de la resiliencia, el afrontamiento del estrés y la pasión por el trabajo. *Revista Internacional de Investigación Ambiental y Salud Pública*, 19(21), 14491. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114491>
- Sygit-Kowalkowska, E., Szrajda, J., Weber-Rajek, M., Porażyński, K., & Ziółkowski, M. (2017). Resilience as a predictor of mental health of incarcerated women. Prężność jako predyktor zdrowia psychicznego kobiet odbywających karę pozbawienia wolności. *Psychiatria polska*, 51(3), 549–560. <https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/62617>
- Sykes, G. M. (1958). *The society of captives: A study of a maximum security prison*. Princeton University Press.

- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). Using Multivariate Statistics (7^a ed.). Pearson.
- Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345–372. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070145>
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103(2), 193–10. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.103.2.193>
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2–3), 25–52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>
- Toro, R. A., Vulbuena-Martin, M., Riveros-Lopez, D., Zapata-Orjuela, M., & Florez-Tovar, A. (2020). Rumiación cognitiva y su relación con las psicopatologías internalizantes: Una Revisión Sistemática. *Psicumex*, 10(2), 1–28. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v10i2.345>
- Torres Terrazas, P. A. (2023). La privación de la libertad y el apoyo familiar. *Orexis. Exploraciones Éticas*, 1(1), 95–105. <https://doi.org/10.54167/orexis.v1i1.1073>
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back From Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320–333. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- United Nations Office on Drugs and Crime. (2017, enero 23). UNODC gathers penal reform leaders from across the globe to promote prison rehabilitation, reintegration and tackle re-offending [Informe]. Naciones Unidas. <http://www.unodc.org/dohadeclaration>
- United Nations Office on Drugs and Crime. (2021). Nearly twelve million people imprisoned globally, nearly one-third unsentenced with prisons overcrowded in half of all countries (Data Matters No. 1). <https://www.unodc.org/documents/data-and->

analysis/statistics/Data_Matters_1_Prison.pdf

Ursu, A., & Măirean, C. (2022). *Cognitive emotion regulation strategies as mediators between resilience and stress during COVID-19 pandemic. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12631. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912631>

Vargas Sánchez, K. M., González Arratia López Fuentes, N. I., Valdez Medina, J. L., González Escobar, S., & Zanatta Colín, E. (2020). Resiliencia en adolescentes y adultos en internamiento por diversos delitos. *CIENCIA ergo-sum*, 27(1). <https://doi.org/10.30878/ces.v27n1a>

Veenhoven, R. (1984). *Conditions of Happiness*. Dordrecht: D. Reidel Publishing Company. <https://doi.org/10.1007/978-94-009-6432-7>

Vera, J. (2001). Bienestar subjetivo en una muestra de jóvenes universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 3(1), 11-21. https://www.researchgate.net/profile/Jose-Vera-Noriega/publication/289378050_Bienestar_subjetivo_en_una_muestra_de_jovenes_universitarios/links/568c1e0608aeb488ea2faf94/Bienestar-subjetivo-en-una-muestra-de-jovenes-universitarios.pdf

Visher, C. A., & Courtney, S. M. (2006). *Cleveland prisoners' experiences returning home*. The Urban Institute. <https://www.urban.org/sites/default/files/publication/42966/311359-Cleveland-Prisoners-Experiences-Returning-Home.PDF>

Wagnild, G., & Young, H. M. (1990). Resilience among older women. *Image--the journal of nursing scholarship*, 22(4), 252–255. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1990.tb00224.x>

- Wainwright, L., Nee, C., & Vrij, A. (2018). "I don't know how, but I'll find a way somehow": Possible selves and future aspirations in at-risk adolescents. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 62(2), 504–523. <https://doi.org/10.1177/0306624X16665182>
- Watkins, E. R. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin*, 134(2), 163–206. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.2.163>
- Watson, D., Clark, LA, & Tellegen, A. (1988). Desarrollo y validación de medidas breves de afecto positivo y negativo: Las escalas PANAS. *Revista de Personalidad y Psicología Social*, 54 (6), 1063–1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Cornell University Press.
- Westerhof, G. J., & Keyes, C. L. (2010). Mental illness and mental health: The two continua model across the lifespan. *Journal of adult development*, 17(2), 110–119. <https://doi.org/10.1007/s10804-009-9082-y>
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294–306. <https://doi.org/10.1037/h0024431>
- Wood, J. V. (1996). What is social comparison and how should we study it? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(5), 520–537. <https://doi.org/10.1177/0146167296225009>
- Zimmerman, C., & Porporino, F. J. (2024). Social relationships and psychological well-being in prisoners: The role of marital status. *Health & Justice*, 12(1), 15. <https://doi.org/10.1186/s40352-024-00264-x>



Consentimiento informado

Usted ha sido invitado a participar en el estudio titulado **“Resiliencia, regulación emocional y propósito de vida como predictores del Bienestar Subjetivo en población penitenciaria”** que se realizará en **el Centro de Prevención y Readaptación Social de Tenango del Valle, Estado de México** a cargo de la **Licenciada Ana Areli Vicencio Navarrete** estudiante de la maestría en Psicología y Salud del Centro Universitario UAEM Ecatepec, el cual tiene por objetivo **analizar la capacidad predictiva de la regulación emocional, la resiliencia, y el propósito de vida sobre el bienestar subjetivo en población penitenciaria** y cuya realización es importante **para conocer y reconocer desde un enfoque positivo, las habilidades (regulación emocional), los recursos (resiliencia) y las aspiraciones (propósito de vida) de los internos, que favorecen su desarrollo, y atenúan el impacto del encarcelamiento, contribuyendo a la resolución de problemas de salud pública en donde la percepción de bienestar juega un papel relevante en la rehabilitación integral y efectiva, y en la promoción de la salud mental. Asimismo, los resultados obtenidos en esta investigación pretenden incorporar datos útiles en los tratamientos penitenciarios, a fin de que las personas privadas de la libertad sean capaces de reconocerse como personas productivas, con valor, esperanza y nuevas posibilidades, mejorando con ello su calidad de vida.**

Toda la información que proporcione en este estudio será de carácter estrictamente confidencial; utilizándose únicamente por el equipo de investigación y con su posible difusión en congresos, conferencias, coloquios, foros de expertos o artículos científicos y de divulgación, y no estará disponible para ningún otro propósito que no sea académico y/o de investigación. Quedará identificado con un seudónimo o una clave para proteger su privacidad y anonimato.

De acuerdo con el *Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación con seres humanos*, su participación en esta investigación conlleva un **riesgo mínimo** para su salud o para su persona. No obtendrá ningún beneficio directo por su participación en el estudio, sin embargo, estará colaborando con el Centro Universitario UAEM Ecatepec para que los resultados generen nuevas líneas de investigación orientadas al estudio de habilidades y rasgos positivos de este sector poblacional, contribuyendo al diseño de programas y políticas públicas orientadas a la reinserción social, considerando además cambios significativos en la percepción del bienestar y el impacto que tiene en el estilo de vida de las personas privadas de la libertad.



UNIVERSIDAD AUTONOMA DEL ESTADO DE MEXICO
CENTRO UNIVERSITARIO UAEM ECATEPEC
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA Y SALUD



Por lo anterior, hago constar que:

Se me informó que las **actividades** consisten en contestar cinco instrumentos que tomarán aproximadamente **una hora**. Mi participación consistirá en atender las instrucciones para contestar los instrumentos.

Mi participación en esta investigación es totalmente voluntaria, por lo que estoy en plena libertad de negarme a responder algún cuestionario o de retirarme de la investigación en cualquier momento que así lo decida, sin que esto implique alguna represalia o sanción.

Estoy consciente de que no **recibiré ninguna compensación económica** por mi participación; pero a cambio al término de mi participación, podría recibir **una plática sobre resiliencia y un taller sobre regulación emocional**. Así mismo, mi participación no me generará costos de ningún tipo ni antes, durante o después de la investigación.

Si deseo obtener más información estoy enterado que puedo contactar a la Lic. Ana Areli Vicencio Navarrete a través del correo electrónico avicencion001@alumna.uaemex.mx, o al Dr. Arturo Enrique Orozco Vargas en el correo electrónico o aeorozcov@uaemex.mx. Si desea participar, favor de llenar el siguiente apartado.

AUTORIZACIÓN

Declaro que he leído y comprendido la información, así como resuelto dudas acerca de estas actividades de la investigación, se me ha explicado y me siento satisfecho con la información recibida y finalmente doy mi consentimiento.

Indique si acepta **participar voluntariamente** en la investigación:

Sí, acepto participar ()

No, acepto participar ()

Fecha: _____

Iniciales y firma del participante



Universidad Autónoma del Estado de México

Nezahualcóyotl, Estado de México a 26 de abril de 2024
Dictamen Proyecto CEIN/2024/053

LIC. ANA ARELI VICENCIO NAVARRETE
MAESTRANDO DE PSICOLOGÍA Y SALUD
PRESENTE

Con relación al proyecto no. CEIN/2024/053 con el título *Resiliencia, regulación emocional y propósito de vida como predictores del Bienestar Subjetivo en población penitenciaria* enviado por usted y recibido el 15 de marzo de 2024, hacemos de su conocimiento el resultado de la revisión realizada mediante el método de pares ciegos, en el que este Comité de Ética en Investigación **AVALA** el desarrollo del protocolo mencionado.

Se adjunta un documento que contiene las observaciones y modificaciones que debe atender, mismas que deberán de ser comentadas y discutidas con su director(a) y realizarse en el protocolo de investigación. En cualquier caso, no es necesario devolverlas a este Comité.

ATENTAMENTE
PATRIA, CIENCIA Y TRABAJO
“2024, Conmemoración del 60 Aniversario de la Inauguración de Ciudad Universitaria”

DRA. GEORGINA CONTRERAS LANDGRAVE
PRESIDENTE DEL CEI DEL CU UAEMEX NEZAHUALCÓYOTL

Av. Bordo de Xochiaca S/N,
Col. Benito Juárez C.P. 57000.
Nezahualcóyotl, Estado de México
Tel. 55-51126372
www.uaemex.mx

