



**FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL**

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN CONTROL DE EMOCIONES  
NEGATIVAS PARA JÓVENES RECLUIDOS POR EL DELITO DE ROBO EN  
UN ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO, LIMA, 2025

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL**  
PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

**AUTOR**

Mamani Cama, Julio César

<https://orcid.org/0009-0002-0772-8304>

**ASESOR**

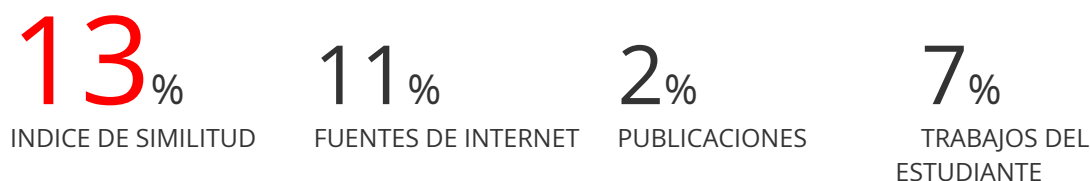
Dra. Rico Chaname, Delia Gladys

<https://orcid.org/0000-0003-2452-8240>

**LIMA -PERÚ -2025**

# PROGRAMA DE INTERVENCIÓN EN CONTROL DE EMOCIONES NEGATIVAS PARA JÓVENES RECLUIDOS POR EL DELITO DE ROBO EN UN ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO, LIMA, 2025

## INFORME DE ORIGINALIDAD



## FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Inca Garcilaso de la Vega	2%
	Trabajo del estudiante	
2	repositorio.usmp.edu.pe	<1%
	Fuente de Internet	
3	www.inpe.gob.pe	<1%
	Fuente de Internet	
4	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
	Fuente de Internet	
5	truthverifier.com	<1%
	Fuente de Internet	
6	Submitted to Universidad Privada del Norte	<1%
	Trabajo del estudiante	
7	www.slideshare.net	<1%
	Fuente de Internet	
8	Submitted to Universidad Tecnológica del Peru	<1%
	Trabajo del estudiante	
9	Submitted to Universidad de las Islas Baleares	<1%
	Trabajo del estudiante	

[alicia.concytec.gob.pe](http://alicia.concytec.gob.pe)

## **DEDICATORIA**

Este trabajo se consagra a Dios, a mis padres y a mis hijos. A Dios, por acompañarme en cada etapa de mi camino, brindándome protección y la fortaleza necesaria para seguir adelante; a mis padres, quienes a lo largo de mi vida han velado constantemente por mi bienestar y han sido un apoyo incondicional; y a mis hijos, que representan la mayor motivación y el motor principal de mi existencia.

## **AGRADECIMIENTO**

A mi asesora Dra. Delia Gladis Rico  
Chaname, quien me apoyo en este  
camino con su guía y entendimiento

## RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

El presente trabajo de suficiencia profesional tuvo como objetivo implementar un programa de intervención en control de emociones negativas dirigido a jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario de Lima en el año 2025. Para ello, se empleó un diseño diagnóstico-propositivo, aplicando los instrumentos DASS-21 y la Escala de Conductas Antisociales-Delictivas a una muestra de 40 jóvenes internos, con el fin de evaluar sus niveles de depresión, ansiedad, estrés, conducta antisocial y adaptación social. Posteriormente, los resultados obtenidos sirvieron como base para la elaboración de un programa estructurado bajo el enfoque cognitivo-conductual. Los hallazgos evidenciaron niveles elevados de malestar emocional: el 76,3% presentó ansiedad entre moderada y extremadamente severa, el 63% mostró estrés moderado a severo y el 57,6% registró depresión moderada a extremadamente severa. Asimismo, el 45% de los jóvenes presentó niveles medio y alto de conducta antisocial-delictiva, mientras que el 78,8% evidenció baja o media adaptación social. Se concluye que existe una afectación emocional significativa y dificultades conductuales y sociales en la población evaluada, lo que justifica la necesidad de implementar un programa de intervención orientado al fortalecimiento del autocontrol emocional, la reducción de comportamientos desadaptativos y la mejora de la convivencia institucional.

**Palabras clave:** Regulación emocional, Ansiedad, Conducta antisocial, Programa, Autocontrol.

## ABSTRACT AND KEYWORDS

This professional competency project aimed to implement an intervention program focused on the regulation of negative emotions in young individuals incarcerated for robbery in a penitentiary institution in Lima in 2025. A diagnostic-propositional design was employed, using the DASS-21 and the Antisocial-Delinquent Behavior Scale with a sample of 40 inmates to assess levels of depression, anxiety, stress, antisocial behavior, and social adaptation. The results served as the basis for developing a structured intervention program grounded in the cognitive-behavioral approach. Findings revealed high levels of emotional distress: 76.3% of participants presented moderate to extremely severe anxiety, 63% showed moderate to severe stress, and 57.6% displayed moderate to extremely severe depression. Additionally, 45% of the inmates exhibited medium to high levels of antisocial-delinquent behavior, while 78.8% demonstrated low or medium levels of social adaptation. These results indicate significant emotional, behavioral, and social difficulties within the evaluated population, highlighting the need for an intervention program aimed at strengthening emotional self-regulation, reducing maladaptive behaviors, and improving institutional coexistence.

**Keywords:** emotional regulation, anxiety, antisocial behavior, intervention program, self-control.

## ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTO	3
RESUMEN Y PALABRAS CLAVE	4
ABSTRACT AND KEYWORDS	5
ÍNDICE GENERAL	6
ÍNDICE DE TABLAS, GRÁFICOS Y FIGURAS	8
INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN	11
1.1. Marco histórico	11
1.2. Bases Teóricas	12
1.3. Marco Legal	18
1.4. Antecedentes del estudio	19
1.5. Marco Conceptual	22
CAPITULO II: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	25
2.1 Descripción de la realidad problemática	25
2.2 Formulación del problema general y específicos	26
2.3. Objetivo general y específicos	27
CAPITULO III: JUSTIFICACIÓN Y DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	28
3.1 Justificación e importancia del estudio	28
3.2 Delimitación del estudio	30
CAPITULO IV: FORMULACIÓN DEL DISEÑO	33
4.1. Diseño esquemático	33
4.2. Descripción de los aspectos básicos del diseño	35
CAPITULO V: PRUEBA DE DISEÑO	38

CONCLUSIONES	54
RECOMENDACIONES	56
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	58
ANEXOS	60

## ÍNDICE DE TABLAS, GRÁFICOS Y FIGURAS

<b>Tabla 1</b> Cronograma de ejecución	39
<b>Tabla 2</b> Nivel de depresión	40
<b>Tabla 3</b> Nivel de ansiedad	41
<b>Tabla 4</b> Nivel de estrés	43
<b>Tabla 5</b> Nivel conductual de los jóvenes reclusos	45
<b>Tabla 6</b> Nivel de adaptación social de los jóvenes reclusos	46
<b>Tabla 7</b> Necesidades psicológicas prioritarias identificadas en los jóvenes reclusos	49
<b>Tabla 8</b> Programa de intervención en control de emociones negativas	51
<b>Figura 1</b> Nivel de depresión	40
<b>Figura 2</b> Nivel de ansiedad	42
<b>Figura 3</b> Nivel de estrés	44
<b>Figura 4</b> Nivel conductual de los jóvenes reclusos	45
<b>Figura 5</b> Nivel de adaptación social de los jóvenes reclusos	47

## INTRODUCCIÓN

La resocialización constituye uno de los mayores desafíos del sistema penitenciario peruano. Esta labor, a cargo del Instituto Nacional Penitenciario (INPE), busca la reeducación, rehabilitación y reinserción de las personas privadas de libertad. Sin embargo, la realidad penitenciaria del país se enfrenta a limitaciones estructurales como el hacinamiento, la escasez de recursos humanos especializados y la insuficiente cobertura de programas de intervención psicológica y educativa. Estas carencias dificultan el cumplimiento del objetivo principal del tratamiento penitenciario: favorecer la reintegración social y prevenir la reincidencia delictiva.

Actualmente, el Perú atraviesa una crisis de seguridad ciudadana. Según el Ministerio Público, durante los primeros meses del año 2025 se registraron 731,190 denuncias por delitos contra el patrimonio, entre ellos extorsión, robo, hurto y estafa, constituyéndose en los delitos más frecuentes. Esta situación evidencia no solo un problema jurídico, sino también una crisis social y emocional que requiere intervenciones más profundas orientadas al cambio conductual.

La reincidencia delictiva representa una preocupación creciente, alimentada por la falta de políticas integrales de resocialización, la escasez de recursos, la estigmatización social y la ausencia de oportunidades laborales y educativas para los liberados. Muchos de ellos, al no encontrar aceptación ni apoyo familiar o comunitario, experimentan sentimientos de frustración, impotencia y desesperanza, factores que deterioran su autoestima y los conducen nuevamente a la conducta delictiva. En este contexto, la familia desempeña un papel fundamental, pues constituye el principal soporte emocional durante y después del proceso de reclusión.

El presente trabajo de suficiencia profesional tiene como propósito diseñar e implementar un programa de intervención psicológica enfocado en el control de emociones negativas en jóvenes reclusos por el delito de robo, en un establecimiento penitenciario de Lima durante el año 2025. Este programa no pretende sustituir a los existentes, sino complementar los esfuerzos del sistema penitenciario mediante estrategias basadas en el modelo cognitivo-conductual, orientadas a mejorar la autorregulación emocional, reducir los niveles de ira, ansiedad y frustración, y promover el desarrollo de habilidades prosociales. Se parte del reconocimiento de que el control emocional adecuado es una herramienta clave para la rehabilitación y la disminución de la reincidencia, permitiendo que los jóvenes privados de libertad encuentren en sí mismos los recursos necesarios para reconstruir su proyecto de vida y reinsertarse positivamente en la sociedad.

El trabajo consta de cuatro capítulos, están divididos de la siguiente manera:

En el capítulo I, trata sobre el marco teórico, marco legal, así como también los antecedentes del trabajo de suficiencia profesional y marco conceptual.

En el capítulo II, trata sobre el planteamiento del problema, descripción de la realidad problemática, formulación del problema general y específico, así como los objetivos generales y específicos, donde se expresan el propósito y la finalidad principal del trabajo de suficiencia profesional.

En el capítulo III, desarrolla la justificación y delimitación del trabajo de suficiencia profesional, tratamos sobre la justificación y la importancia, delimitación donde explicamos las delimitaciones de la población según sea el caso.

En el capítulo IV, se expone la formulación del diseño, diseño esquemático. Descripción de los aspectos básicos del diseño donde tratamos de dar solución al problema planteado según la realidad investigada.

En el capítulo V, desarrollamos prueba de diseño, aplicación de la propuesta de solución.

Finalmente llevamos a cabo las conclusiones y las recomendaciones.

## **CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Marco histórico**

El Instituto Nacional Penitenciario (INPE) es un organismo público descentralizado adscrito al sector Justicia y actúa como ente rector del Sistema Penitenciario Nacional. Su finalidad principal es la conducción, supervisión y control técnico-administrativo del sistema penitenciario, garantizando la aplicación de una política orientada a la resocialización de las personas privadas de libertad.

Mediante el Decreto Legislativo N.º 330, promulgado el 6 de marzo de 1985, se aprobó el Código de Ejecución Penal, instrumento legal que dio origen al Instituto Nacional Penitenciario. Posteriormente, a través del Decreto Supremo N.º 012, del 12 de junio del mismo año, se aprobó su reglamento, en el cual se lo reconoce formalmente como organismo público descentralizado y autoridad rectora del Sistema Penitenciario Nacional, integrante del Sector Justicia.

Entre sus funciones esenciales se encuentran la reeducación, rehabilitación y reinserción social del interno, además de aquellas establecidas en el Código de Ejecución Penal. A nivel nacional, el sistema penitenciario cuenta con 69 establecimientos penitenciarios y, hasta marzo de 2025, alberga una población de 101,302 internos, cifra que supera su capacidad instalada en 59 538 personas, lo que equivale a un índice de ocupación del 143 %, reflejando una situación de hacinamiento penitenciario.

Para el desarrollo de sus actividades, el INPE dispone de personal en las áreas de tratamiento, administración y seguridad. La Oficina General de Tratamiento es responsable de elaborar y proponer la normativa vinculada a los programas de resocialización, y cuenta con el apoyo de la Oficina de Asistencia Penitenciaria, encargada de supervisar las acciones relacionadas con los servicios de salud, psicología, asistencia legal, social y religiosa en los establecimientos penitenciarios.

La labor del psicólogo en un establecimiento penitenciario es fundamental, ya que su trabajo se enfoca en el bienestar psicológico y psíquico de los internos privados de libertad. Tiene funciones como, la evaluación psicológica, intervención, tratamiento, apoyo emocional, prevención de suicidio entre muchas otras de vital importancia, jugando un papel crucial en el sistema penitenciario trabajando en el bienestar psicológico contribuyendo al proceso de reintegración social.

## **1.2. Bases Teóricas**

### **1.2.1. Fundamentos del control emocional en contextos penitenciarios**

#### **1.2.1.1. Control emocional**

El control emocional se entiende como la habilidad de la persona para regular sus estados afectivos, determinando qué emociones surgen, en qué momento aparecen y de qué manera se manifiestan, con el propósito de adaptarse adecuadamente a las demandas del entorno y a los objetivos que se propone (Chaverri, 2022). Desde esta perspectiva, se comprende que la regulación de las emociones no consiste únicamente en inhibir expresiones emocionales, sino más bien en activar procesos cognitivos y conductuales que facilitan la modulación de la intensidad, duración y manifestación conductual de emociones negativas. Estudios recientes evidencian que esta capacidad implica tanto la selección y aplicación de estrategias reguladoras (como la reevaluación cognitiva o la aceptación), como la supervisión de su eficacia y el ajuste flexible de las mismas según el contexto (Romero, 2022). Además,

investigaciones más actuales señalan que el control emocional es especialmente relevante en contextos de vulnerabilidad, ya que mejora el bienestar subjetivo y actúa como factor protector frente a síntomas depresivos y de ansiedad, al favorecer la claridad emocional y la autorregulación (Palomino, 2025). En el ámbito de la intervención psicológica, se subraya que trabajar el control emocional mediante modelos cognitivo-conductuales permite desarrollar competencias predisuestas a la autorreflexión emocional, la gestión de impulsos y la expresión adaptativa de emociones, capacidades esenciales para la resocialización de jóvenes en contextos penitenciarios.

### **1.2.1.2. Importancia de la autorregulación emocional en la reinserción social**

La autorregulación emocional se consolida como un elemento fundamental en el proceso de reinserción social de las personas privadas de libertad, ya que favorece su adaptación al retorno a la vida comunitaria y contribuye a disminuir el riesgo de reincidencia delictiva. En contextos penitenciarios, se ha evidenciado que individuos con mayor capacidad para reconocer, comprender y modular sus propias emociones, es decir, con mejores recursos de autorregulación presentan mejores índices de adaptación social y menor tendencia al comportamiento violento o impulsivo (Montenegro, 2024). Esta habilidad reguladora permite que los jóvenes infractores gestionen la frustración, la ira o la ansiedad que puede generarse al enfrentarse a estigmas, dificultades laborales o rupturas familiares tras su liberación. Además, programas orientados al fortalecimiento de competencias socio-emocionales en internos han demostrado mejoras significativas en la autoreparación emocional, el control impulsivo y la orientación hacia conductas prosociales, lo cual favorece la inclusión social y reduce la reincidencia (Martín-Cocinas, 2022). La autorregulación emocional no sólo contribuye al bienestar psicológico individual, sino que se convierte en una herramienta operativa en los procesos de rehabilitación y reinserción, al promover una conducta más

adaptativa, relaciones interpersonales más saludables y una aceptación progresiva en la sociedad.

### **1.2.1.3. Consecuencias de la desregulación emocional en la conducta antisocial y**

#### **delictiva**

La desregulación emocional, entendida como la dificultad persistente para modular la intensidad, duración y expresión de las emociones en contextos desafiantes, ha sido identificada como un factor de riesgo relevante para la aparición y mantenimiento de conductas antisociales y delictivas. Estudios recientes evidencian que las dificultades en la regulación emocional actúan como un mecanismo mediador en la relación entre las experiencias adversas durante la infancia (ACE, por sus siglas en inglés) y la manifestación posterior de comportamientos problemáticos, incrementando la probabilidad de respuestas impulsivas, baja tolerancia a la frustración y escasa adaptación social en etapas posteriores del desarrollo y el comportamiento antisocial agresivo en adolescentes y adultos jóvenes, actuando como un puente psicológico que conduce de la victimización temprana al delito y la violencia (Estrada, 2025). Asimismo, otro estudio encontró que la presencia de desregulación emocional en adolescentes está estrechamente vinculada con diagnósticos de trastornos de personalidad del grupo B (que incluyen la conducta antisocial), lo cual sugiere que la incapacidad para gestionar estados emocionales intensos puede favorecer la impulsividad, la agresión y la transgresión de normas sociales (Pérez, 2024). Dicho de otro modo, cuando el joven infractor no logra aceptar sus emociones negativas, carece de claridad emocional o no tiene estrategias adecuadas para afrontar estados de ira, ansiedad o frustración, dichas emociones pueden canalizarse hacia conductas delictivas, como robo, agresión o vandalismo, como un intento fallido de alivio o escape emocional. En el contexto de un establecimiento penitenciario, esta dinámica se agrava: los jóvenes reclusos que presentan altos niveles de desregulación emocional enfrentan mayores probabilidades de reincidencia, pues cuando

salen al ambiente social sin haber desarrollado habilidades de autorregulación efectivas, es más probable que reaccionen con impulsividad o agresividad frente a provocaciones, estigmas o rechazos, perpetuando el ciclo de victimización–delito–reclusión. Por tanto, la literatura sugiere que intervenir en la regulación emocional no solo es necesario para el bienestar psicológico individual, así como para la reducción del riesgo delictivo y el fortalecimiento de los procesos de reintegración social.

### **1.2.2 Tratamiento penitenciario**

En este marco, el artículo IV del Texto Único Ordenado del Decreto Legislativo N.º 654 establece que el tratamiento penitenciario comprende el conjunto de acciones orientadas a lograr la reinserción social de la persona privada de libertad, mediante la implementación de programas de trabajo, educación y atención integral en los ámbitos médico, psicológico y social, en concordancia con la Política Nacional Penitenciaria al 2030. Asimismo, dicho tratamiento se estructura en dos modalidades: el sistema progresivo, dirigido a internos mayores de veintiún años, y el sistema de individualización científica, destinado a internos cuyas edades oscilan entre los dieciséis y veintiún años.

(Caracela, 2009), en su investigación referida al tratamiento penitenciario en el establecimiento penitenciario «La Capilla», se plantea que el tratamiento penitenciario está constituido por un conjunto de intervenciones orientadas a transformar la conducta delictiva de la persona condenada, considerando las características particulares de cada individuo; en ese sentido, las estrategias y medidas aplicadas pueden diferir según el régimen penitenciario en el que se encuentre. Al respecto, Manuel López Rey sostiene que se trata de un concepto amplio, ya que el tratamiento puede desarrollarse en modalidades de régimen abierto, semilibertad o encierro. Por su parte, Jean Pinatel señala que el tratamiento penitenciario constituye una forma de intervención sobre el delincuente, condicionada por la política criminal vigente; desde la perspectiva criminológica, este tratamiento se centra en la acción

individual dirigida a la persona infractora, con el propósito de modificar su personalidad, reducir la reincidencia y facilitar su proceso de reinserción social. En su investigación, Caracela concluye que áreas como educación, trabajo, asistencia social, servicios psicológicos y asistencia legal son deficientes debido a la falta de profesionales y al elevado número de internos, lo cual se asocia con una alta probabilidad de reincidencia.

### **1.2.3 Enfoque: mediacional, integral y basado en la evidencia**

(Londoño, 2025) señala que en los centros penitenciarios los conflictos desde altercados interpersonales hasta cuestiones banales se originan por factores como tensión, aislamiento, separación familiar y pérdida de libertad, además de la diversidad de tipologías de personalidad asociadas al delito. Estas condiciones generan consecuencias negativas tales como pérdida de beneficios penitenciarios, regresión del tratamiento, traslados y otras sanciones. (Gómez, 2022) explican que la legislación penitenciaria, con el objeto de reducir el número de conflictos interpersonales en la cárcel, interviene sancionando conductas contrarias al orden del establecimiento penitenciario de acuerdo con el régimen vigente; por ello se implementan estrategias preventivas mediante un sistema de obtención y pérdida de beneficios. Ambos autores identifican dos procedimientos generales de resolución y prevención de conflictos en el ámbito penitenciario:

Modelo punitivo: se basa en la imposición de sanciones frente a la transgresión de las normas, lo que puede disuadir determinadas conductas por el temor a la penalización; sin embargo, generalmente no favorece el avance ni la continuidad del proceso de tratamiento.

Modelo preventivo: aplicación de recompensas y beneficios penitenciarios (visitas especiales, actividades culturales, reducción de sanciones) ante la buena conducta. Este modelo se emplea principalmente con internos con altas probabilidades de reinserción social, aunque no se aplica a la mayoría de la población penitenciaria y no aborda la raíz del problema, sino que condiciona el comportamiento.

#### **1.2.4 Enfoque: modelo Riesgo–Necesidad–Responsividad**

La intervención dirigida a la población penitenciaria puede organizarse a partir del modelo Riesgo-Necesidad-Responsividad (RNR), propuesto por Andrews, Bonta y Hoge (1990), el cual plantea que la conducta delictiva se comprende de manera integral a través de la interacción entre factores emocionales, cognitivos y conductuales que influyen en su origen y persistencia. Este modelo se sustenta en tres principios esenciales:

Principio de riesgo: establece que el nivel de intervención debe ser proporcional al riesgo de reincidencia del interno, de modo que quienes presentan mayor riesgo requieren intervenciones más intensivas.

Principio de necesidad: orienta la intervención hacia los factores de riesgo dinámicos o necesidades criminógenas que inciden directamente en la aparición y continuidad del comportamiento delictivo.

Principio de Responsividad: implica adecuar las estrategias de intervención a las características individuales del interno, considerando su estilo de aprendizaje, nivel de motivación y contexto cultural, siendo las intervenciones de enfoque cognitivo-conductual las que han demostrado mayor eficacia.

Según Hilterman, Mancho y Trasovares (Fumei, 2022), el modelo RNR presenta características como: rehabilitar o desarrollar capacidades prosociales necesarias; pertinencia en la intensidad y naturaleza de la intervención según el caso; y fundamentación empírica con superioridad frente a otros modelos.

#### **1.2.5 Terapia cognitiva-conductual**

(Santa Rubín, 2023) conceptualiza la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) como una modalidad psicoterapéutica que se enfoca en la relación dinámica entre los procesos cognitivos, las emociones y la conducta. Este enfoque se sustenta en la idea de que los esquemas de pensamiento disfuncionales o distorsionados influyen en la aparición de estados

emocionales negativos y comportamientos desadaptativos. A partir de la identificación y reestructuración de dichos patrones cognitivos, se promueve la mejora del equilibrio emocional y la modificación de las conductas. En esta línea, Aaron Beck sostiene que los pensamientos automáticos de carácter negativo constituyen la base de numerosos problemas emocionales y conductuales; por ejemplo, cuando una crítica es interpretada como un fracaso personal, pueden surgir emociones como ansiedad o tristeza. Frente a ello, la TCC interviene cuestionando estas interpretaciones inadecuadas y fomentando la adopción de perspectivas más realistas y funcionales. Asimismo, la Terapia Cognitivo-Conductual se caracteriza por ser un enfoque estructurado, orientado al logro de objetivos concretos y con evidencia de eficacia en el abordaje de problemáticas como la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático. Entre las principales técnicas empleadas se encuentran: reestructuración cognitiva (identificar y reemplazar pensamientos automáticos negativos), mindfulness (observar emociones sin juicio, reducir la intensidad de las respuestas emocionales), activación conductual (fomentar la participación en actividades significativas para romper el ciclo de inactividad) y exposición gradual (enfrentar progresivamente situaciones temidas). Según Rivera (2025), la TCC combina los principios de la terapia cognitiva y conductual, enfocándose en la interconexión entre pensamientos, emociones y comportamientos; su primer paso es identificar pensamientos automáticos negativos, luego aplicar reestructuración cognitiva y modificar comportamientos, lo que mejora la salud mental del paciente.

### **1.3. Marco Legal**

1.3.1 Nuestra Constitución Política de 1993, artículo 139, inciso 22, que el régimen penitenciario tiene por objeto la reeducación, rehabilitación y reincorporación del penado a la sociedad.

1.3.2 El Código de Ejecución Penal fue aprobado mediante el Decreto Legislativo 654, promulgado el 31 de julio de 1991 y publicado el 2 de agosto de 1991. Posteriormente, el 27

de febrero de 2021 se publicó el Texto Único Ordenado mediante el Decreto Supremo 003-2021-JUS.

1.3.3 Reglas mínimas para el tratamiento de los reclusos, tratamiento penitenciario, regla 91 y 92.

1.3.4 Manual normativo de tratamiento del instituto nacional penitenciario, resolución directoral No 075-2010-INPE/12, lineamiento para la ejecución de talleres multidisciplinarios de tratamiento penitenciario en los establecimientos penitenciarios a nivel nacional.

1.3.5 lineamientos para la ejecución del programa Construyendo Rutas de Esperanzas y Oportunidades, resolución No 558-2010-INPE/P.

#### **1.4. Antecedentes del estudio**

##### **1.4.1. Antecedentes nacionales**

La investigación titulada “factores de reincidencia y el impacto del tratamiento penitenciario en población privada de la libertad egresada de programas de educación y trabajo (2018-2024)”. Esta investigación evalúa la efectividad de los programas de tratamiento para la reinserción social de la población privada de la libertad, donde hacen un análisis detallado de las modalidades de libertad con el fin de medir la reincidencia, en un periodo de cinco años (2019-2023) donde se registraron 10,480 liberaciones, de las cuales 1,355 retornaron a prisión, lo que representa una tasa de reincidencia del 12,9%. Donde se concluye la importancia del tratamiento con la probabilidad de retornar a un establecimiento penitenciario. Estas investigaciones buscan identificar los problemas que enfrentan las personas privadas de su libertad al egresar y determinar las condiciones que influyen en la reincidencia delictiva y por consiguiente el retorno al sistema penitenciario.

La investigación titulada “Tratamiento penitenciario y reinserción social de internos en el establecimiento penitenciario de Chachapoyas, 2021” tuvo como propósito principal analizar la influencia del tratamiento penitenciario en el proceso de reinserción social de los

internos. Los resultados evidenciaron que dicho tratamiento ejerce un efecto favorable en la reintegración social de las personas privadas de libertad del establecimiento penitenciario de Chachapoyas, considerando que uno de sus objetivos centrales es facilitar el retorno del penado a la sociedad mediante la intervención de un equipo multidisciplinario encargado de brindar atención psicológica, social, así como programas de trabajo y educación, lo que permite que el egreso del sistema penitenciario se realice en condiciones más adecuadas.

Por otro lado, la tesis titulada “Adaptación de la Escala de Valoración de la Conducta Violenta y Riesgo de Reincidencia (EVCV-RR) a la población penitenciaria de la ciudad de Arequipa, Perú” (Conde, 2017) concluyó que el instrumento presenta validez de contenido para su aplicación en dicho contexto, demostrando una adecuada precisión diagnóstica en la identificación del riesgo criminógeno. En ese sentido, la escala permite evaluar de manera pertinente el riesgo de conducta violenta, la probabilidad de reincidencia, la presencia de rasgos psicopáticos y ofrecer una valoración global confiable del riesgo criminógeno, constituyéndose en una herramienta útil para el análisis de la violencia en instituciones penitenciarias.

De la tesis, (Guevara, 2024) titulada la resocialización de condenados con trastornos de personalidad antisocial dentro del sistema penitenciario en lima 2025, donde concluye, que la función resocializadora que emplea en instituto nacional penitenciario es insuficiente, evidenciando falta de efectividad, debido a la carencia de profesionales y el incremento de la población penitenciaria. El modelo actual no ha conseguido los resultados esperados en términos de recuperación, rehabilitación y reintegración social de los individuos bajo la custodia del Instituto Nacional Penitenciario. (Haro, 2020), entre otras sugiere que se cumpla su función resocializadora de los programas estructurados de tratamiento intra y extra muro, con la finalidad de brindar competencias necesarias para la reinserción del penado a la sociedad.

#### **4.4.2 Antecedentes Internacionales**

El estudio titulado “Violencia en instituciones penitenciarias: definición, medición y explicación del fenómeno”, publicado en la Revista Científica Social, volumen 32, número 45, Montevideo, en diciembre de 2019, concluye que, pese a la magnitud y gravedad que representa la violencia dentro de los establecimientos penitenciarios, este fenómeno ha recibido una atención limitada por parte de la investigación científica en comparación con otras manifestaciones de violencia. No obstante, se evidencia un interés progresivo por profundizar en su estudio y por perfeccionar los métodos utilizados para su conceptualización, medición e interpretación. Este escenario plantea un desafío tanto metodológico como teórico, el cual adquiere especial relevancia en el contexto latinoamericano, donde la situación de emergencia penitenciaria y la escasez de estudios empíricos hacen imprescindible el fortalecimiento de la investigación en esta temática.

Por su parte, (García, 2024), en su investigación titulada “Importancia de las fases del tratamiento en la resocialización de las personas privadas de libertad”, desarrollada en el marco del INPEC (Colombia), analiza el rol que cumplen las distintas etapas del tratamiento penitenciario en el proceso de resocialización de los internos condenados por mandato judicial. El estudio concluye que la implementación adecuada de un tratamiento penitenciario integral permite reducir de manera significativa los índices de reincidencia delictiva, destacando la relevancia de los talleres, charlas formativas y la intervención de un equipo multidisciplinario que proporcione acompañamiento y apoyo psicológico continuo.

### **1.5. Marco Conceptual**

#### **1.5.1. Tratamiento penitenciario**

El tratamiento penitenciario se concibe como un sistema de intervenciones de carácter terapéutico y asistencial orientadas a prevenir la reincidencia de las personas condenadas a

penas privativas de libertad u otras medidas penales. Dichas intervenciones comprenden acciones planificadas destinadas a modificar la conducta del interno, considerando sus características personales y necesidades individuales, con el propósito fundamental de facilitar su reintegración social y reducir la probabilidad de que incurra nuevamente en conductas delictivas (Herrero, 2021).

#### 1.5.2. Resocialización

La resocialización de la persona condenada se fundamenta en tres ejes complementarios: la reeducación, la rehabilitación y la reintegración social. La reeducación alude al proceso mediante el cual el individuo desarrolla actitudes y valores que le permiten una adecuada convivencia dentro de la sociedad; la rehabilitación se relaciona con la restitución jurídica del estatus ciudadano de quien cumple una sanción penal; mientras que la reincorporación se refiere al proceso de recuperación e inclusión social de la persona sentenciada una vez cumplida la pena (Revilla,2024)

#### 1.5.3. El modelo del R-N-R.

(Rosales, 2022) este enfoque se sustenta en tres principios fundamentales que orientan la planificación y organización de las intervenciones dirigidas a las personas privadas de libertad: riesgo, necesidad y responsividad. El modelo tiene como finalidad anticipar la posible conducta delictiva futura, analizarla y promover su modificación mediante la aplicación de un tratamiento rehabilitador adecuado. Para ello, considera ocho factores predictivos del comportamiento delictivo, los cuales se agrupan en factores estáticos, factores parcialmente modificables y factores dinámicos.

#### 1.5.4. Terapia Cognitiva Conductual

Enfoque terapéutico basado en la hipótesis de que nuestros pensamientos, emociones y comportamientos están interrelacionados. La TCC se centra en identificar y cambiar los pensamientos negativos que afectan nuestras emociones y comportamientos. A través de esta

terapia, las personas aprenden a reconocer patrones de pensamiento que son perjudiciales y a reemplazarlos con pensamientos más realistas y constructivos, siendo el objetivo principal proporcionar a la persona que ha sido intervenida las herramientas para gestionar mejor sus emociones y como consecuencia de ello también mejorar su comportamiento en su vida cotidiana (Bustos, 2024).

#### 1.5.5. Pensamientos Automáticos Negativos

(Chipana, 2025), Se trata de un conjunto de representaciones mentales, como pensamientos verbalizados o imágenes imaginadas, que irrumpen de forma involuntaria en la conciencia, al margen de la intención de la persona, y que provocan malestar o alteración emocional. (equilibrio emocional org.) Estos pensamientos son patrones de pensamiento distorsionados que surgen de forma espontánea y suelen tener un impacto negativo en nuestra percepción de la realidad.

#### 1.5.6. Reestructuración Cognitiva

(Valderrama,2022) La reestructuración cognitiva constituye una de las técnicas centrales de la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), orientada a reconocer y modificar patrones de pensamiento negativos o disfuncionales. Esta técnica se sustenta en la teoría cognitiva formulada por Aaron T. Beck durante la década de 1960, quien planteó que los trastornos emocionales, entre ellos la depresión y la ansiedad, se encuentran estrechamente vinculados a la presencia de pensamientos automáticos negativos y esquemas cognitivos inadecuados. Dichos pensamientos suelen caracterizarse por su irracionalidad y elevado nivel de autocrítica, contribuyendo a la persistencia del malestar emocional.

Desde esta perspectiva, la intervención cognitiva tiene como objetivo cuestionar y reformular estas interpretaciones disfuncionales, favoreciendo el desarrollo de una percepción más realista, equilibrada y adaptativa de la persona y de su entorno (Beck, 1976). Para ello, se emplean diversas estrategias, tales como la identificación de pensamientos negativos, el

cuestionamiento socrático, el registro de pensamientos, la reatribución, la descatastrofización y la redefinición positiva.

#### 1.5.7. Modificación Del Comportamiento

(Berruga, 2023) es un enfoque psicológico que utiliza principios del condicionamiento operante, para cambiar comportamientos no deseados o desarrollar conductas más adaptativas, se basa en la premisa de que el comportamiento está influenciado por sus consecuencias y al manipular estas, es posible modificar la conducta, entre sus técnicas tenemos: refuerzo positivo, refuerzo negativo, castigo positivo, castigo negativo, economía de fichas, modelado extinción y tiempo fuera.

## **CAPITULO II: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **2.1 Descripción de la realidad problemática**

#### 2.1.1 descripción de la realidad penitenciaria

Resulta ampliamente conocido que el sistema penitenciario peruano enfrenta una profunda y compleja crisis, donde el principal problema de la falta de infraestructura y los programas existentes tienen limitaciones, también de hacinamiento que llega a los 101,302 internos que ya desborda su capacidad y que repercute en las funciones que cumple la entidad como es la de la resocialización del penado.

A pesar de los diferentes estudios realizados donde demuestran la importancia de tratamiento aplicado a los internos y que repercuten de forma positiva para que no caigan en la reincidencia y menos la de habitualidad del penado cuando retoma su libertad, hay mucho por que trabajar, ya que los establecimientos penitenciarios cuentan con muy poco personal profesional y además considerando que en un penal hay internos de diferentes edades, diferentes delitos y muchas otras variables, no hay la diferenciación debida, el encierro genera problemas estrés, violencia, ansiedad, depresión, consumo de sustancias toxicas, suicidios y muchos otros.

Un persona cuando ingresa a un establecimiento penitenciario lo hace por un mandato judicial emitido por la autoridad competente, ya en el establecimiento penitenciario una junta de clasificación integrada por profesionales como abogado, asistente social y un psicólogo son los encargados de realizar la evaluación considerando criterios como, edad, personalidad, delito, historia delictiva, es así que es clasificado, El interno, ya sea en condición de procesado o sentenciado, puede posteriormente acceder a distintos beneficios penitenciarios, como la semilibertad o la liberación condicional. Para ello, uno de los requisitos establecidos es la elaboración de un informe por parte del Consejo Técnico Penitenciario, en el cual se evalúa el nivel de readaptación del interno, sustentándose principalmente en el informe

emitido por el profesional en psicología. Dicho documento recoge información relevante sobre las características personales del interno, el tratamiento recibido y la estimación del grado y la probabilidad de su reinserción social. Todo ello se enmarca en el reconocimiento de la libertad como un derecho fundamental inherente a la persona humana, el hecho que ingrese a un establecimiento solo es de manera temporal y una de las maneras que puede acortar su estancia en penal será a través de los beneficios penitenciarios y uno de los documentos importantes será el informe del concejo técnico, donde un punto a evaluar es el cumplimiento de normas internas y reglas de conducta, pero el penado está expuesto a situaciones estresantes debido al hacinamiento, provocando confrontaciones violentas entre los mismo internos, por la escases de espacios provocando tensión, pudiéndose producir agresiones físicas, verbales afectando su salud mental, provocando ansiedad, depresión y perjudicando su proceso de resocialización y peor aún, no poder acceder a algún beneficio de libertad.

## **2.2 Formulación del problema general y específicos**

### **2.2.1 Problema general**

¿De qué manera el programa de intervención contribuye en el control de emociones negativas, para jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario? lima, 2025

### **2.2.2 problemas específicos**

1. ¿Cuáles es el nivel de las emociones negativas, que poseen los jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario, Lima 2025?
2. ¿Cuál es el nivel conductual que poseen los jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario Lima 2025
3. ¿Cuál es el nivel de adaptación social que poseen los jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario Lima 2025?

## **2.3. Objetivo general y específicos**

### **2.3.1 Objetivos generales**

Implementar un programa de intervención en control de emociones negativas para jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario lima 2025.

### **2.3.2 Objetivos específicos**

1. Determinar el nivel de las emociones negativas, que poseen los jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario, lima 2025
2. Determinar el nivel conductual que poseen los jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario lima 2025
3. Determinar el nivel de adaptación social que poseen los jóvenes reclusos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario lima 2025

## **CAPITULO III: JUSTIFICACIÓN Y DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

### **3.1 Justificación e importancia del estudio**

El presente trabajo de suficiencia profesional se justifica, porque aborda una problemática social y psicológica de alto impacto, el control inadecuado de las emociones

negativas en jóvenes reclusos por el delito de robo, un grupo particularmente vulnerable dentro del sistema penitenciario peruano. En un contexto donde la resocialización enfrenta limitaciones por falta de recursos y programas especializados, esta propuesta busca contribuir con un programa de intervención estructurado y científicamente fundamentado, orientado a fortalecer las competencias emocionales de los internos.

Se desarrolla en el marco de las funciones del Instituto Nacional Penitenciario, entidad responsable de la rehabilitación y reinserción de las personas privadas de libertad. Por tanto, su aplicación no solo beneficia al grupo participante, sino que puede servir de modelo replicable para otros establecimientos penitenciarios que busquen optimizar sus estrategias de tratamiento psicológico, en concordancia con las políticas nacionales de prevención de la reincidencia y reintegración social.

### **Justificación teórica**

El presente trabajo de suficiencia profesional cobra relevancia teórica al sustentar la intervención psicológica en la regulación de emociones negativas dentro de un contexto penitenciario, un campo aún limitado en la investigación peruana. Basado en los modelos cognitivo-conductual (Beck, 1976; Ellis, 1997), el estudio busca demostrar que el fortalecimiento del manejo emocional constituye un factor protector frente a la reincidencia delictiva. Además, aporta evidencia sobre depresión, ansiedad y stress. En este sentido, presente trabajo de suficiencia profesional contribuirá a ampliar el cuerpo teórico y práctico sobre el manejo emocional en población penitenciaria, integrando los conceptos de control emocional, conducta antisocial y reinserción social dentro de un marco científico aplicable a la realidad peruana.

### **Justificación práctica**

Desde una perspectiva práctica, este trabajo de suficiencia profesional, propone un programa de intervención psicológica aplicable y medible, diseñado para reducir los niveles

de ansiedad, depresión y stress y mejorar la regulación emocional en jóvenes recluidos. El programa puede ser implementado por los profesionales del área de psicología del instituto nacional penitenciario como parte de los talleres de tratamiento y resocialización, con resultados esperados en la disminución de la ansiedad, depresión y stress. De igual manera, busca fomentar habilidades prosociales como la empatía, la tolerancia y el autocontrol, las cuales son esenciales para la convivencia tanto dentro del establecimiento penitenciario como en la etapa posterior de reinserción. Los resultados obtenidos en el presente trabajo de suficiencia profesional pueden constituirse en un marco orientador para el desarrollo de futuras intervenciones enfocadas en el ámbito emocional dentro de otros establecimientos penitenciarios, favoreciendo la implementación de estrategias de rehabilitación más humanizadas, pertinentes y eficaces dirigidas a las personas privadas de libertad.

### **Justificación metodológica**

Metodológicamente, el estudio es notable porque plantea una aplicación de un instrumento validado, esto permitirá evaluar cuantitativamente los niveles de estas variables fundamentales asociadas con las emociones negativas entre los jóvenes encarcelados por delitos de robo en las prisiones de Lima para 2025. Además, el diseño metodológico propuesto puede servir como referencia para futuras investigaciones en el campo de la psicología penitenciaria y para el desarrollo de programas de intervención a corto plazo basados en la evidencia. La propuesta incluye fases de diagnóstico, aplicación, evaluación y seguimiento, asegurando la replicabilidad del modelo en otros contextos similares.

### **Justificación financiera**

La presente investigación resulta financieramente justificable debido a que el diagnóstico y la propuesta del programa de intervención en control de emociones negativas representan una alternativa de bajo costo y alta rentabilidad social e institucional para el sistema penitenciario. A diferencia de otros programas que requieren infraestructura

especializada o inversión en materiales costosos, las intervenciones psicológicas basadas en el modelo cognitivo-conductual pueden implementarse con recursos económicos mínimos, ya que se sustentan principalmente en sesiones grupales, herramientas psicoeducativas y técnicas de regulación emocional que no demandan equipamiento adicional. Por tanto, su aplicación resulta accesible para establecimientos penitenciarios con presupuestos limitados.

### **3.2 Delimitación del estudio**

#### **Delimitación espacial**

La presente investigación se desarrollará en un establecimiento penitenciario de la ciudad de Lima, Perú, específicamente en el área de tratamiento, donde se encuentran jóvenes reclusos que cumplen condena por el delito de robo en sus distintas modalidades. Este contexto institucional permite la implementación controlada del programa de intervención en control de emociones negativas, bajo la supervisión del personal profesional del área de psicología del establecimiento, en coordinación con el Instituto Nacional Penitenciario.

#### **Delimitación temporal**

La investigación se llevará a cabo en el transcurso del periodo 2024 y 2025, centrándose exclusivamente en la fase diagnóstica y de propuesta del programa de intervención. En esta etapa se aplicarán los instrumentos de evaluación a los jóvenes reclusos, con el fin de identificar el nivel de control de emociones negativas y determinar las principales necesidades psicológicas del grupo. A partir de los resultados obtenidos, se elaborará una propuesta de programa de intervención que responda a las problemáticas detectadas.

#### **Delimitación temática**

El trabajo de suficiencia profesional se enfoca en el control de emociones negativas en jóvenes infractores, mediante un programa de intervención psicológica basado en el modelo cognitivo-conductual. Se abordarán principalmente los afectos negativos depresión y ansiedad y stress, evaluados mediante un cuestionarios estandarizado y validado. El estudio no considerará otras variables de personalidad, historia delictiva o factores socioeconómicos, salvo aquellos que se relacionen directamente con la expresión y manejo emocional dentro del contexto penitenciario.

### **Delimitación poblacional**

La población del estudio estará conformada por jóvenes varones reclusos en un establecimiento penitenciario de Lima. La muestra fu escogida de forma no probabilística por conveniencia, considerando criterios de inclusión como: edad entre 18 y 25 años, participación voluntaria para formar parte del programa. La unidad de análisis estará constituida por cada interno participante, evaluado individualmente a través de los instrumentos aplicados y de su participación en las sesiones del programa.

### **Delimitación contextual**

El estudio se desarrollará dentro del contexto penitenciario peruano, caracterizado por limitaciones en recursos psicológicos y educativos, así como por la necesidad urgente de fortalecer las estrategias de resocialización juvenil. Se enmarca en las políticas nacionales del Instituto Nacional Penitenciario orientadas a la rehabilitación y reinserción social de las personas privadas de libertad, considerando la realidad sociocultural de los jóvenes reclusos y las condiciones del sistema penitenciario nacional. Este contexto ofrece un escenario adecuado para evaluar la eficacia de intervenciones psicológicas breves que promuevan el control emocional, contribuyendo así al proceso de reintegración social.



## **CAPITULO IV: FORMULACIÓN DEL DISEÑO**

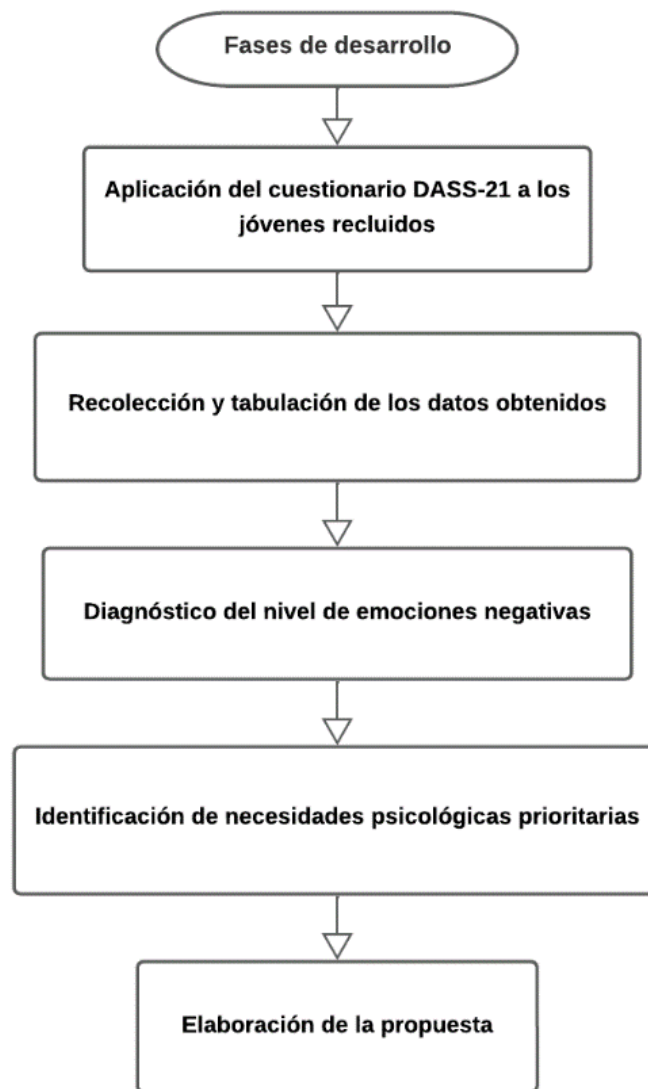
### **4.1. Diseño esquemático**

En el presente trabajo de suficiencia profesional, se organiza a partir del instrumento principal que es el cuestionario DASS-21, el cual permite identificar el nivel de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes recluidos por el delito de robo en un establecimiento penitenciario. Debido a que el estudio tiene carácter diagnóstico y propositivo, la encuesta adquiere un grado de influencia directa sobre los resultados, ya que proporciona la información base para analizar el estado emocional actual de los participantes y determinar la necesidad real de un programa de intervención.

El diseño esquemático considera un flujo lineal de trabajo, donde primero se aplica el instrumento, luego se procesan los datos obtenidos y finalmente se construye la propuesta de intervención. El proceso general puede resumirse así:

## Diagrama 1

### *Fase de Desarrollo*



Fuente: Elaboración Propia

Por tanto, la encuesta influye directamente en la detección de problemas emocionales, en la definición de los objetivos del programa y en la selección de técnicas

cognitivo-conductuales propuestas para mejorar el control emocional en la población evaluada.

#### **4.2. Descripción de los aspectos básicos del diseño**

Adopta un diseño diagnóstico y propositivo para garantizar su validez profesional. Esto permite evaluar el estado actual de las emociones negativas entre los jóvenes reclusos encarcelados por delitos de robo. Este diseño es muy adecuado para describir los problemas emocionales y respaldar la propuesta de un programa de intervención sobre las emociones negativas para los jóvenes reclusos encarcelados por delitos de robo.

El diseño de aplicación se justifica porque el instrumento, el cuestionario DASS-21 permite evaluar el nivel de malestar emocional de manera objetiva, proporcionando una línea base que orienta la toma de decisiones relacionadas con la propuesta del programa. El uso de un instrumento estandarizado y validado garantiza rigor metodológico, confiabilidad en los datos recopilados y pertinencia para la población estudiada.

La metodología se centra en:

- Aplicar la técnica de cuestionario mediante el DASS-21.
- Analizar la magnitud de la depresión, ansiedad y estrés como indicadores del control emocional.
- Identificar patrones emocionales predominantes en la población penitenciaria evaluada.
- Utilizar esta información para elaborar una propuesta de intervención cognitivo-conductual, diseñada específicamente para las necesidades encontradas.

### **FASES DE DESARROLLO DEL ESTUDIO**

### **Fase 1: Aplicación del cuestionario DASS-21 y Conductas antisociales delictivas a los jóvenes reclusos**

En esta primera fase se llevará a cabo la administración del cuestionario DASS-21 y Conductas antisociales delictivas a cuarenta jóvenes varones, reclusos por el delito de robo dentro del establecimiento penitenciario. La aplicación se realizará de manera grupal o individual, según las condiciones del espacio y la disponibilidad del área de psicología. Previamente se explicará el propósito de la evaluación, se garantizará la confidencialidad de la información y se solicitará el consentimiento informado. Durante la aplicación, un profesional o estudiante capacitado supervisará el proceso para asegurar la correcta comprensión de los ítems y el adecuado llenado del instrumento, respetando las normas del centro penitenciario.

### **Fase 2: Recolección y tabulación de los datos obtenidos**

Una vez completados los cuestionarios, se procederá a la revisión, clasificación y codificación de los datos. Los puntajes serán registrados en una matriz de tabulación en Excel o SPSS, empleando las reglas establecidas para la calificación del DASS-21 (suma de los ítems correspondientes a cada dimensión: depresión, ansiedad y estrés) y Conductas antisociales delictivas. La tabulación permitirá identificar la distribución de respuestas y organizar la información para su posterior análisis. Este proceso garantiza orden, precisión y consistencia en la interpretación de las puntuaciones de los jóvenes evaluados.

### **Fase 3: Diagnóstico del nivel de emociones negativas**

En esta fase se realizará el análisis de los puntajes individuales y grupales obtenidos en el cuestionario. Los resultados se clasificarán según los niveles establecidos en la escala DASS-21: normal, leve, moderado, severo y extremadamente severo y Conductas antisociales delictivas. El análisis permitirá comprender la magnitud del malestar emocional presente en la población estudiada, así como las diferencias entre las dimensiones de

depresión, ansiedad y estrés. Con base en estos datos se elaborará un diagnóstico emocional, que describirá las áreas de mayor vulnerabilidad psicológica dentro del grupo de jóvenes reclusos.

#### **Fase 4: Identificación de necesidades psicológicas prioritarias**

A partir del diagnóstico, se identificarán las necesidades psicológicas prioritarias de los jóvenes, es decir, las áreas con mayores niveles de afectación emocional. Esta identificación permitirá establecer cuáles son las dimensiones emocionales que requieren intervención inmediata o prioritaria. Se analizarán patrones de afectación, posibles factores asociados y la relevancia de cada necesidad para la convivencia interna y la futura reinserción social. Esta fase constituye el puente metodológico entre el diagnóstico y el diseño del programa de intervención.

#### **Fase 5: Elaboración de la propuesta del programa de intervención orientada al control de emociones negativas, nivel conductual y adaptación social**

Finalmente, con base en los hallazgos de las fases anteriores, se diseñará una propuesta de programa de intervención psicológica orientada al control de emociones negativas. El programa se estructurará bajo el enfoque cognitivo-conductual, incluyendo sesiones, objetivos específicos, técnicas psicoterapéuticas (como reestructuración cognitiva, mindfulness, manejo del estrés, respiración y autocontrol), estrategias psicoeducativas y actividades prácticas. Se incluye sesiones sobre manejo de nivel conductual y adaptación social, La propuesta se ajusta a las necesidades identificadas en la población destinataria y ofrece una orientación clara, flexible y aplicable para los servicios psicológicos penitenciarios. Su objetivo es aliviar el malestar emocional que sufren los jóvenes reclusos encarcelados por delitos de robo y reforzar su capacidad de autorregulación emocional.

## **CAPITULO V: PRUEBA DE DISEÑO**

### **5.1 Aplicación de la propuesta de solución**

A continuación, se describen las actividades desarrolladas durante cada etapa del diseño y ejecución de la propuesta:

### **Fase 1: Aplicación del cuestionario DASS-21 y Conductas antisociales delictivas a los jóvenes reclusos**

En esta primera fase, se administraron el cuestionario DASS-21 y la Escala de Conducta Antisocial y Delictiva a cuarenta jóvenes varones que cumplían condenas por delitos de robo en la prisión. La administración se llevó a cabo tanto de forma colectiva como individual, dependiendo de la disponibilidad de espacio y del horario del departamento de psicología. Antes de la evaluación, se explicó el propósito del estudio, se aseguró la confidencialidad de los datos y se obtuvo el consentimiento informado de cada participante.

Durante el proceso, un profesional o estudiante capacitado supervisó la actividad para asegurar la correcta comprensión de los ítems y el adecuado llenado de ambos instrumentos, respetando en todo momento las normas institucionales y las condiciones de seguridad propias del establecimiento penitenciario. La aplicación se desarrolló sin inconvenientes, permitiendo obtener información precisa sobre el nivel de emociones negativas y las conductas antisociales-delictivas de los jóvenes evaluados.

### **Tabla 1**

*Cronograma de ejecución*

Actividad	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5	Día 6
Coordinación con el área de psicología						
Selección de jóvenes y registro						
Aplicación grupal de instrumentos						
Aplicación individual complementaria						
Verificación del llenado de instrumentos						
Cierre y recolección total de instrumentos						

Fuente: elaboración propia

## Fase 2: Recolección y tabulación de los datos obtenidos

Una vez completados los cuestionarios, se procedió a la revisión, clasificación y codificación de los datos. Los puntajes fueron registrados en una matriz de tabulación elaborada en Excel/SPSS, siguiendo estrictamente las reglas establecidas para la calificación del DASS-21 y Conductas antisociales delictivas, que consisten en la suma de los ítems correspondientes a cada dimensión.

La tabulación permitió identificar la distribución de respuestas y organizó la información de manera adecuada para su posterior análisis estadístico. Este proceso garantizó orden, precisión y consistencia en la interpretación de las puntuaciones obtenidas por los jóvenes evaluados, asegurando la validez del diagnóstico emocional de la población penitenciaria participante.

### Tabla 2

*Nivel de depresión*

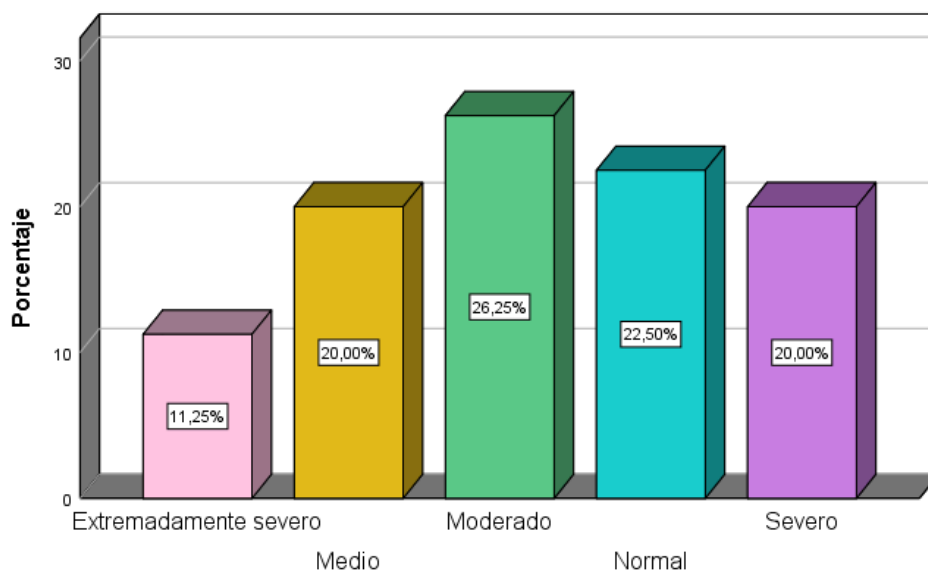
<i>Nivel</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
--------------	----------	----------

Extremadamente severo	4	11,3
Medio	8	20,0
Moderado	11	26,3
Normal	9	22,5
Severo	8	20,0
Total	40	100,0

Fuente: elaboración propia

**Figura 1**

*Nivel de depresión*



Fuente: elaboración propia

Los resultados correspondientes a los niveles de depresión muestran una distribución heterogénea entre los 80 jóvenes evaluados. En primer lugar, el nivel moderado registró la mayor frecuencia con un 26,3% (n=11), indicando que una parte significativa de los internos presentó síntomas depresivos de intensidad media. Le siguen los niveles medio y severo, ambos con un 20,0% (n=8), lo que evidencia que una proporción importante de jóvenes experimentó malestar emocional que oscila entre dificultades leves y afectación severa. Por

otro lado, el 22,5% (n=9) se ubicó en el nivel normal, lo cual sugiere que casi una cuarta parte de los participantes no mostró indicadores clínicamente relevantes de depresión al momento de la evaluación. Finalmente, el 11,3% (n=4) presentó un nivel extremadamente severo, representando el grupo con mayor riesgo emocional y mayor necesidad de atención psicológica inmediata.

**Tabla 3**

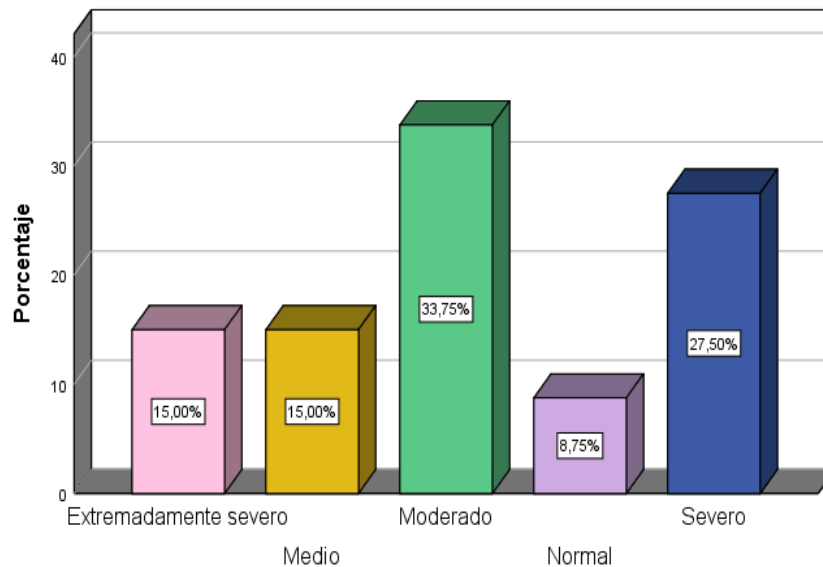
*Nivel de ansiedad*

<b>Niveles</b>	<b><i>f</i></b>	<b><i>%</i></b>
Extremadamente severo	6	15,0
Medio	6	15,0
Moderado	14	33,8
Normal	3	8,8
Severo	11	27,5
Total	40	100,0

Fuente: elaboración propia

**Figura 2**

*Nivel de ansiedad*



Fuente: elaboración propia

Los resultados obtenidos en los niveles de ansiedad evidencian una distribución marcada hacia los niveles clínicamente elevados. El 33,8% de los jóvenes ( $n=14$ ) se ubicó en el nivel moderado, constituyendo el grupo más numeroso dentro de esta dimensión. Asimismo, el 27,5% ( $n=11$ ) presentó un nivel severo de ansiedad, lo que indica la presencia de síntomas intensos como preocupación persistente, tensión fisiológica, irritabilidad y dificultades para la autorregulación emocional. Por su parte, los niveles medio y extremadamente severo registraron una frecuencia igual del 15,0% ( $n=6$  cada uno), evidenciando que una parte significativa de los jóvenes experimentó síntomas ansiosos que van desde un grado leve hasta manifestaciones extremadamente intensas.

Solo el 8,8% de los participantes ( $n=3$ ) obtuvo un nivel normal de ansiedad, lo que demuestra que una proporción muy reducida de los internos no presentó indicadores relevantes de esta emoción negativa. En conjunto, los datos muestran que más del 76% de los evaluados (moderado + severo + extremadamente severo) manifestó niveles elevados de ansiedad, lo que refleja un estado generalizado de hiperactivación emocional y tensión constante dentro del establecimiento penitenciario.

**Tabla 4**

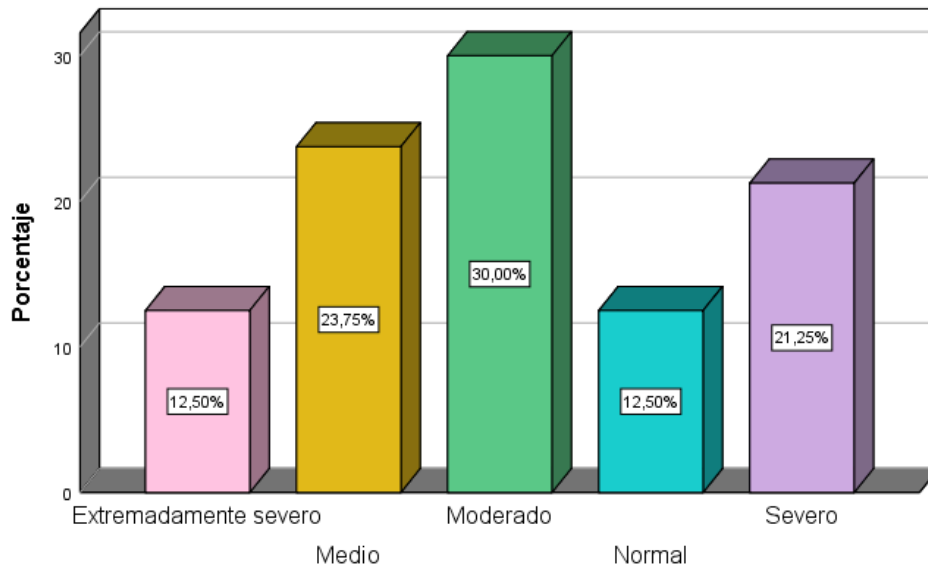
*Nivel de estrés*

<i>Niveles</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
Extremadamente severo	5	12,5
Medio	10	23,8
Moderado	12	30,0
Normal	5	12,5
Severo	8	21,3
Total	40	100,0

Fuente: elaboración propia

**Figura 3**

*Nivel de estrés*



Fuente: elaboración propia

Los resultados obtenidos en los niveles de estrés muestran una distribución amplia, con predominio de los niveles elevados. El grupo más numeroso correspondió al nivel moderado, con un 30,0% de los jóvenes ( $n=12$ ), lo que indica una frecuencia significativa de síntomas como tensión persistente, sensación de sobrecarga, irritabilidad y dificultades para la relajación. Le sigue el nivel medio, con un 23,8% ( $n=10$ ), representando a quienes experimentaron manifestaciones leves o intermedias de estrés. Asimismo, el 21,3% de los participantes ( $n=8$ ) presentó un nivel severo, evidenciando un grado de afectación emocional importante, caracterizado por hiperactivación fisiológica constante y dificultades para manejar situaciones demandantes.

Por otro lado, los niveles normal y extremadamente severos registraron la misma proporción (12,5%,  $n=5$  cada uno). Si bien el nivel normal indica la presencia de un pequeño grupo sin sintomatología relevante, el porcentaje equivalente en el nivel extremadamente severo refleja la existencia de jóvenes que enfrentan un estrés extremadamente elevado, lo cual los coloca en una situación de alta vulnerabilidad emocional.

Respecto al nivel conductual que poseen los jóvenes reclusos:

**Tabla 5**

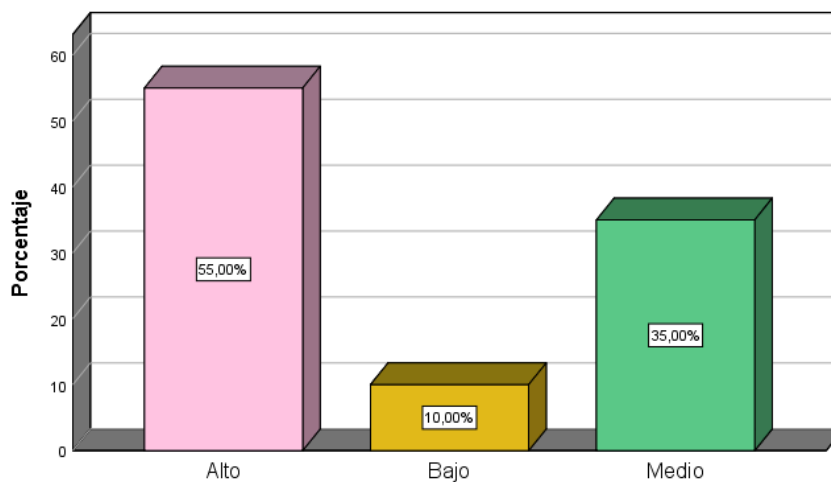
Nivel conductual de los jóvenes reclusos

	<i>f</i>	%
Bajo	22	55,00
Medio	14	35,00
Alto	4	10,00
Total	40	100,00

Fuente: elaboración propia

**Figura 4**

*Nivel conductual de los jóvenes reclusos*



Fuente: elaboración propia

Los resultados referentes al nivel conductual de los jóvenes reclusos evidencian que gran parte de los encuestados se encuentran en el nivel bajo, con un 55,0% (n=22). Este hallazgo sugiere que más de la mitad de los evaluados presentó pocas manifestaciones de conductas antisociales o delictivas recientes, lo que podría relacionarse con el efecto del

régimen penitenciario, la supervisión constante, las restricciones propias del contexto o la participación en actividades institucionales. Por su parte, el 35,0% (n=14) se ubicó en el nivel medio, indicando la presencia de comportamientos ocasionales o moderados vinculados a impulsividad, desafío a normas internas, conflictos interpersonales o dificultades de autocontrol.

Finalmente, solo el 10,0% de los jóvenes (n=4) registró un nivel alto de conductas antisociales-delictivas, representando al grupo con mayor riesgo conductual dentro del establecimiento. Este porcentaje, aunque menor en comparación con los otros niveles, resulta clínicamente relevante, dado que este tipo de conducta se asocia con mayor probabilidad de reincidencia, dificultades en la convivencia penitenciaria y mayor vulnerabilidad ante situaciones de violencia institucional.

Para el nivel de adaptación social que poseen los jóvenes reclusos:

**Tabla 6**

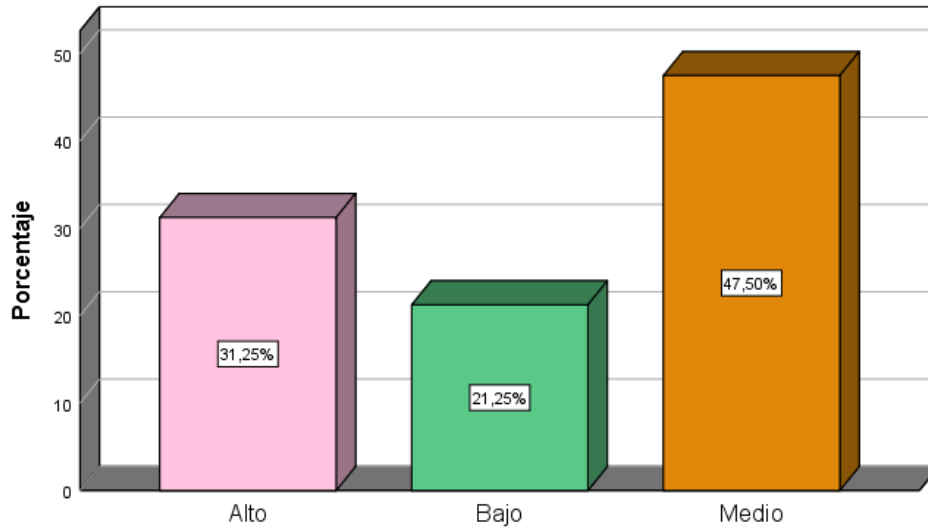
*Nivel de adaptación social de los jóvenes reclusos*

	<i>f</i>	<i>%</i>
Bajo	19	47,50
Medio	12	31,30
Alto	9	21,30
Total	40	100,00

Fuente: elaboración propia

**Figura 5**

*Nivel de adaptación social de los jóvenes reclusos*



Fuente: elaboración propia

Los resultados obtenidos respecto al nivel de adaptación social muestran una distribución que evidencia importantes dificultades en esta dimensión entre los jóvenes reclusos. El 47,5% de los participantes (n=19) obtuvo un nivel bajo, esto significa que casi la mitad de los internos presentó limitaciones significativas en aspectos como la convivencia, el cumplimiento de normas, la resolución de conflictos y la integración adecuada dentro del entorno penitenciario. Este hallazgo sugiere que muchos jóvenes experimentan dificultades para ajustarse a las demandas sociales y comportamentales del establecimiento, probablemente relacionadas con historias previas de desadaptación familiar, escolar o comunitaria.

Por otro lado, el 31,3% (n=12) se ubicó en el nivel medio, lo cual refleja un grupo que muestra un grado moderado de adaptación, con habilidades sociales parcialmente desarrolladas, pero aún susceptibles a recaer en conductas impulsivas o conflictivas bajo situaciones de estrés. Finalmente, el 21,3% (n=9) obtuvo un nivel alto de adaptación social, representando a los jóvenes que demostraron una mayor capacidad de ajuste al entorno,

respeto de normas, comportamiento prosocial y adecuadas relaciones con pares y personal penitenciario.

### **Fase 3: Diagnóstico del nivel de emociones negativas**

En esta fase, se analizaron las puntuaciones individuales y grupales obtenidas mediante el cuestionario DASS-21 y la escala de comportamiento antisocial y delictivo. Los resultados se clasificaron en función de niveles predeterminados para cada dimensión, lo que permitió identificar claramente el grado de malestar emocional presente entre los jóvenes evaluados. En el caso de la depresión, se observó que más del 57% de los participantes presentó niveles que oscilaron entre moderado, severo y extremadamente severo, lo que evidenció una tendencia marcada hacia un estado de ánimo bajo, sentimientos de desmotivación y afectación emocional significativa. Respecto a la ansiedad, los hallazgos fueron aún más críticos: más del 76% de los jóvenes se ubicó en niveles moderados a extremadamente severos, confirmando la presencia de preocupación persistente, tensión constante y alta reactividad emocional dentro de la población evaluada.

En cuanto al estrés, los resultados indicaron que más del 63% de los participantes presentó niveles moderados, severos o extremadamente severos, resaltando la presencia de sobrecarga emocional, irritabilidad y dificultades para afrontar situaciones demandantes del entorno penitenciario. De forma complementaria, el análisis de las conductas antisociales-delictivas mostró que, si bien el 55% de los jóvenes se ubicó en un nivel bajo, el 45% restante presentó niveles medio y alto, evidenciando la coexistencia de patrones conductuales relacionados con impulsividad, desafío a normas internas y riesgo de reincidencia.

### **Fase 4: Identificación de necesidades psicológicas prioritarias**

#### **Tabla 7**

*Necesidades psicológicas prioritarias identificadas en los jóvenes reclusos*

<b>Dimensión evaluada</b>	<b>Niveles elevados (%)</b>	<b>Descripción de la afectación</b>	<b>Prioridad</b>
<b>Ansiedad</b>	76.3%	Preocupación constante, hiperactivación, tensión emocional	<b>Muy alta</b>
<b>Estrés</b>	63.0%	Sobrecarga emocional, irritabilidad, baja tolerancia a la frustración	<b>Alta</b>
<b>Depresión</b>	57.6%	Desmotivación, tristeza persistente, desesperanza	<b>Alta</b>
<b>Conducta antisocial-delictiva</b>	45.0%	Impulsividad, desafío a normas, riesgo conductual	<b>Moderada</b>
<b>Adaptación social</b>	78.8%	Limitaciones en convivencia, habilidades sociales deficientes	<b>Muy alta</b>

Fuente: elaboración propia

A partir del diagnóstico emocional y conductual obtenido en la fase previa, se identificaron las necesidades psicológicas prioritarias de los jóvenes recluidos, considerando aquellas dimensiones que presentaron mayores niveles de afectación y que, por lo tanto, requerían una intervención inmediata. En primer lugar, la ansiedad se consolidó como la necesidad de atención más urgente, dado que más del 76% de los jóvenes registró niveles moderados, severos o extremadamente severos. Esta tendencia reflejó un estado generalizado de hiperactivación emocional, preocupación constante y reactividad fisiológica elevada, elementos que dificultan la convivencia, incrementan la impulsividad y reducen la capacidad de afrontamiento en situaciones de tensión dentro del establecimiento penitenciario.

En segundo lugar, se identificó como prioridad la intervención en estrés, ya que más del 63% de los participantes presentó niveles superiores al rango normal. Este hallazgo evidenció una alta carga emocional asociada al encierro, la incertidumbre, la falta de redes de apoyo y la convivencia obligada con otros internos, factores que suelen exacerbar respuestas desadaptativas como irritabilidad, alteraciones del sueño, baja tolerancia a la frustración y dificultades para mantener conductas prosociales. Asimismo, la depresión representó otra necesidad significativa, pues más del 57% de los jóvenes se ubicó en niveles moderado,

severo o extremadamente severo. Este patrón sugiere la presencia de sentimientos de tristeza, desesperanza, aislamiento emocional y desmotivación, elementos que pueden comprometer la participación en actividades institucionales y el proceso de resocialización.

De forma complementaria, el análisis de las conductas antisociales-delictivas reveló que, si bien una parte de los jóvenes se encontraba en un nivel bajo, el 45% presentó niveles medio o alto, lo cual constituye un indicador relevante de riesgo conductual. Este grupo mostró mayores dificultades en autocontrol, respeto por normas internas, resolución de conflictos y regulación impulsiva, aspectos que pueden favorecer situaciones de tensión, violencia o reincidencia delictiva en el futuro. Finalmente, la evaluación del nivel de adaptación social mostró que el 78,8% de los jóvenes se ubicó en niveles bajo o medio, lo que evidenció limitaciones en habilidades sociales, convivencia adecuada, cooperación grupal y tolerancia interpersonal.

### **Fase 5: Elaboración de la propuesta del programa de intervención**

A partir de los resultados obtenidos en las etapas anteriores, se elaboró una propuesta de programa de intervención psicológica orientada al control de emociones negativas, la reducción del malestar psicológico, el fortalecimiento del nivel conductual y la mejora de la adaptación social de los jóvenes reclusos por el delito de robo. El programa se estructuró bajo los principios del enfoque cognitivo-conductual, integrando sesiones psicoeducativas, técnicas de reestructuración cognitiva, manejo del estrés, mindfulness, respiración diafragmática y estrategias de autocontrol emocional. Asimismo, se incorporaron sesiones específicas para abordar patrones de conducta antisocial-delictiva y habilidades sociales necesarias para la convivencia y la reinserción futura.

### **Tabla 8**

*Programa de intervención en control de emociones negativas*

Sesión	Módulo	Objetivo de la sesión	Objetivos específicos	Técnicas psicológicas aplicadas	Actividades prácticas	Materiales requeridos	Indicador esperado
--------	--------	-----------------------	-----------------------	---------------------------------	-----------------------	-----------------------	--------------------

1	Módulo 1: Comprensión emocional	Introducir el programa y fortalecer el reconocimiento emocional básico.	- Presentar el propósito del programa. - Identificar las emociones principales presentes en los jóvenes. - Relacionar emociones con situaciones cotidianas del penal.	Psicoeducación emocional, rueda de emociones.	Dinámica grupal “Mi emoción dominante”: cada joven identifica su emoción más frecuente y qué la detona.	Hojas, lápices, láminas con emociones.	Muestra reconocimiento adecuado de al menos 4 emociones básicas.
2	Módulo 1	Identificar pensamientos automáticos y distorsiones cognitivas vinculadas al malestar emocional.	- Reconocer situaciones que generan pensamientos negativos. - Identificar distorsiones más frecuentes. - Comprender relación pensamiento emoción-conducta.	Modelo ABC de Ellis, registro de pensamientos.	Ejercicio “Detectando trampas mentales”: reconocer distorsiones como sobre generalización o catastrofismo.	Fichas ABC, pizarra.	El joven identifica al menos un pensamiento automático asociado a ansiedad/estrés.
3	Módulo 1	Cambiar pensamientos disfuncionales mediante reestructuración cognitiva.	- Evaluar evidencia realista de pensamientos. - Generar alternativas más equilibradas. - Reducir pensamientos negativos asociados a impulsividad.	Debate socrático, reestructuración cognitiva, análisis de evidencia.	Tarjetas “Pienso / Análisis / Sustituyo”: reemplazo de pensamiento negativo por uno realista.	Tarjetas, plumones.	Produce al menos una interpretación alternativa por cada pensamiento negativo.
4	Módulo 2: Manejo de ansiedad y estrés	Reducir la activación fisiológica asociada a emociones negativas.	- Identificar síntomas físicos de ansiedad. - Aprender técnicas de respiración efectivas. - Reducir tensión muscular.	Respiración diafragmática, relajación muscular progresiva.	Práctica guiada de respiración 4-7-8 y relajación progresiva por grupos musculares.	Ambiente ventilado, colchonetas (si disponible).	Reporta sensación de reducción de tensión al finalizar sesión.
5	Módulo 2	Fortalecer la atención plena y el anclaje emocional.	- Reducir reactividad emocional. - Aumentar conciencia del presente. - Disminuir impulsividad.	Mindfulness básico, anclaje sensorial, grounding.	Técnica “5-4-3-2-1”: identificar estímulos sensoriales para regular ansiedad.	Ninguno.	Aplica la técnica durante situaciones de tensión interna.
6	Módulo 3: Autocontrol conductual	Mejorar el control de impulsos y respuestas ante provocaciones.	- Identificar detonantes de impulsividad. - Aplicar estrategias de pausa consciente. - Reconocer consecuencias de respuestas impulsivas.	Semáforo emocional (alto-pausa-avance), autorregulación.	Role playing: “¿Cómo reacciono si me provocan?”.	Tarjetas de colores (rojo, amarillo, verde).	Demuestra uso correcto del semáforo emocional.
7	Módulo 3	Desarrollar habilidades efectivas de	- Diferenciar conflicto sano y destructivo.	Asertividad, técnicas de	Simulación grupal con	Fichas de casos.	Identifica estrategias no agresivas para

		resolución de conflictos.	de	- Aplicar estrategias de negociación básica. - Practicar comunicación asertiva.	negociación, escucha activa.	casos reales del penal.		solucionar conflictos.
8	Módulo 4: Adaptación social	Comprender importancia de normas y convivencia.	de y	- Vincular normas penitenciarias con bienestar grupal. - Evaluar propia conducta. - Reconocer rol en la convivencia.	Discusión guiada, clarificación de valores.	Dinámica “Mi grupo ideal”: diseñar normas para un grupo funcional.	Pizarra, hojas.	Refiere comprensión de mínimo dos beneficios de cumplir normas.
9	Módulo 4	Fortalecer habilidades sociales para mejorar convivencia.	para	- Mejorar comunicación oral y no verbal. - Practicar empatía. - Fomentar cooperación entre pares.	Asertividad, escucha activa, habilidades sociales básicas.	Ejercicio por parejas: “Hablar y escuchar por turnos”.	Ninguno.	Demuestra escucha activa durante la dinámica.
10	Módulo 5: Integración y plan personal	Elaborar un plan de mantenimiento de logros.		- Identificar cambios alcanzados. - Establecer metas SMART para continuar progreso. - Reconocer apoyos internos y externos.	Planificación conductual, metas SMART.	Actividad final: “Mi plan de cambio en 3 pasos”.	Hoja de trabajo.	Redacción clara de su plan personal de cambio.

---

Fuente: elaboración propia

## CONCLUSIONES

-Los resultados de la investigación permitieron identificar que los jóvenes recluidos por el delito de robo presentan un nivel significativo de afectación emocional, conductual y social, lo cual evidencia la necesidad urgente de implementar un programa de intervención psicológica que favorezca la regulación emocional, mejore la convivencia institucional y fortalezca el proceso de resocialización. El análisis de las emociones negativas mostró predominio de niveles moderados a severos en ansiedad, estrés y depresión, mientras que el diagnóstico conductual y la evaluación de la adaptación social evidenciaron dificultades relevantes que justifican el desarrollo de un programa estructurado aplicando el enfoque cognitivo-conductual. Por lo tanto, la intervención diseñada aborda las necesidades prioritarias identificadas y constituiría un instrumento aplicable para el apoyo psicológico de los jóvenes que se encuentran bajo tutela.

-Los resultados obtenidos mediante el cuestionario DASS-21 permitieron concluir que los jóvenes presentan altos niveles de emociones negativas, con predominio de síntomas de ansiedad (76,3% en niveles moderado, severo y extremadamente severo), estrés (63%) y depresión (57,6%). Este patrón evidencia un estado emocional altamente vulnerable, caracterizado por preocupación constante, tensión fisiológica, irritabilidad, tristeza persistente y dificultades para afrontar adecuadamente las demandas del entorno penitenciario. En consecuencia, se determina que la ansiedad y el estrés constituyen las dimensiones de mayor afectación, representando necesidades psicológicas prioritarias que deben abordarse de manera inmediata para mejorar el bienestar emocional de la población estudiada.

-El análisis del nivel conductual reveló que, si bien el 55% de los jóvenes se ubicó en un nivel bajo, un 45% presentó niveles medio y alto de conductas antisociales-delictivas, lo cual representa un indicador relevante de riesgo conductual dentro del establecimiento penitenciario. Este porcentaje evidencia la presencia de dificultades en la regulación de impulsos, el respeto de normas, la convivencia y la resolución de conflictos. En particular, el grupo con mayor afectación conductual se relaciona con comportamientos impulsivos y desadaptativos que pueden incrementar el riesgo de sanciones disciplinarias, conflictos internos y reincidencia futura. Por lo tanto, se concluye que existe una necesidad moderada-alta de intervención orientada al fortalecimiento del autocontrol y la reducción de conductas antisociales.

-Los resultados evidenciaron que el 78,8% de los jóvenes se ubicó en niveles bajo y medio de adaptación social, mostrando limitaciones significativas en habilidades de convivencia, tolerancia interpersonal, cooperación y cumplimiento de normas institucionales. Este hallazgo señala cómo la mayor parte de los reclusos tienen problemas para integrarse socialmente en el entorno carcelario, lo que puede obstaculizar su proceso de resocialización y aumentar la probabilidad de comportamientos conflictivos. En consecuencia, se concluye que la adaptación social constituye una de las áreas más afectadas y que requiere especial atención dentro de cualquier propuesta de intervención psicológica aplicada a esta población.

## RECOMENDACIONES

-Se recomienda que el establecimiento penitenciario implemente y dé continuidad al Programa de Regulación Emocional y Fortalecimiento Conductual diseñado en esta investigación, asegurando los recursos mínimos necesarios para su ejecución y el seguimiento psicológico continuo de los jóvenes participantes. Su aplicación permitirá mejorar el bienestar emocional, reducir conductas de riesgo y favorecer procesos de resocialización más efectivos.

-Se recomienda que el centro penitenciario incorpore talleres periódicos de regulación emocional basados en el enfoque cognitivo-conductual, priorizando intervenciones grupales orientadas al manejo de ansiedad, estrés y depresión. Asimismo, se sugiere asignar horarios permanentes para sesiones de respiración, mindfulness y actividades psicoeducativas que reduzcan la tensión emocional. Estas acciones deben ser supervisadas por el área de psicología y registradas sistemáticamente para monitorear la evolución del estado emocional de los jóvenes recluidos.

-Se recomienda que el centro penitenciario implemente programas de autocontrol conductual, incorporando estrategias como el semáforo emocional, resolución de conflictos y manejo de impulsos, especialmente para el 45% de jóvenes que presenta niveles medios y altos de conducta antisocial-delictiva. Adicionalmente, se sugiere reforzar la vigilancia positiva y la retroalimentación prosocial del personal penitenciario, promoviendo un ambiente estructurado que favorezca conductas adecuadas y disminuya el riesgo de indisciplina y reincidencia.

-Se recomienda que el establecimiento penitenciario desarrolle talleres de habilidades sociales y convivencia, orientados a mejorar la comunicación, la cooperación, la toma de decisiones y el cumplimiento de normas entre los jóvenes. Además, se sugiere promover actividades grupales supervisadas que fortalezcan la adaptación social, reduzcan los conflictos interpersonales y fomenten comportamientos prosociales que faciliten la futura reinserción social de los internos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Berruga, M. (2023). Apuntes de modificación de conducta en Educación. *Apuntes de modificación de conducta en Educación*.
- Bustos, J., Bustos, E., & Bravo, A. (2024). Effectiveness of cognitive behavioral therapy in stress management in patients with chronic diseases. *Revista Interdisciplinaria de Educación, Salud, Actividad Física y Deporte*, 1(2), 120-137.
- Chaverri, P., & León, S. (2022). Promoting self-control skills in children: concepts and strategies in context. *Revista Innovaciones Educativas*, 24(37), 119-132.
- Chipana, C., & Hurtado, C. (2025). Life satisfaction and negative automatic thoughts in patients with chronic pain at a hospital in Jauja-2025.
- Estrada Arizola, N. A., & Rojas Arevalo, C. V. (2025). Relación entre desregulación emocional y conductas autolesivas en adolescentes.
- Fumei Añazco, N. (2022). Reintegración social y justicia reformativa: Análisis del caso chileno.
- Gómez Triana, M. A., & Echavarría Salazar, L. M. (2022). Resolution of conflicts arising between inmates at the medium-security prison and jail “La 40” in Pereira.
- Herrero, G. (2021). Prison treatment as the key to re-education and social reintegration. *Gabilex: Revista del Gabinete Jurídico de Castilla-La Mancha*, (26), 247-298.
- Londoño Calvo, E. (2025). Estrategias para el manejo del estrés, afrontamiento y resolución de conflictos en mujeres privadas de la libertad: una revisión de literatura.
- Martín-Cocinas Fernández, M. C. (2022). Benefits of emotional education on the health of inmates at Murcia I Prison.

- Montenegro, B., Hernández, V., & Pico, P. (2024). Education on self-regulation of behavior and emotional stability in PPL for comprehensive rehabilitation. *Revista Conrado*, 20(100), 18-27.
- Palomino, J. (2025). Positive psychology and resilience: protective factors against stress and adversity. *Educational Regent Multidisciplinary Journal*, 2(3), 1-12.
- Pérez Martínez de Chavarría, R. (2024). Disruptive disorders in the conduct and behavior of children and adolescents: case study on oppositional defiant disorder and therapeutic guidelines for its proper management.
- Revilla, F., & Boza, K. (2024). Proposal for the effective application of the principle of resocialization in light of the deficiencies of the prison system in Peru for minor crimes.
- Rivera Ullauri, K. L. (2025). *Adicción al alcohol: aproximación integral a una enfermedad mental desde la experiencia humana ya través de la Terapia Cognitivo Conductual. Estudio de caso* (Master's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2025).
- Romero Estudillo, D. M. (2022). La regulación de las emociones y su relación con la toma de decisiones en adolescentes de 17 a 19 años.
- Rosales Rubio, J. S. (2022). *Modelo de planeación estratégica y análisis de valor agregado para la empresa "R&R agencia asesora productora de seguros* (Bachelor's thesis, Universidad del Azuay).
- Rubín, M. S. H., Saquinaula, D. F. Á., & Pérez, Y. M. M. (2023). Contributions of cognitive behavioral psychotherapy focused on negative thought patterns in older adults. *Polo del Conocimiento*, 8(8), 2241-2271.
- Valderrama Carrion, M. I. (2022). Cognitive behavioral prevention proposal in cognitive restructuring to improve self-concept in students at a private educational institution in Trujillo.

## ANEXOS

### Anexo 1. Instrumento DASS-21

**DASS-21**

NOMBRE:

FECHA:

Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica cuánto esta afirmación le aplicó a usted durante la semana pasada. No hay respuestas correctas o incorrectas. No tome demasiado tiempo para contestar.

La escala de calificación es la siguiente:

- 0 No me aplicó - NUNCA
- 1 Me aplicó un poco, o durante parte del tiempo - AVECES
- 2 Me aplicó bastante, o durante una buena parte del tiempo – CON FRECUENCIA
- 3 Me aplicó mucho, o la mayor parte del tiempo – CASI SIEMPRE

		N	AV	CF	CS			
1.	Me costó mucho relajarme	0	1	2	3			
2.	Me di cuenta que tenía la boca seca	0	1	2	3			
3.	No podía sentir ningún sentimiento positivo	0	1	2	3			
4.	Se me hizo difícil respirar	0	1	2	3			
5.	Se me hizo difícil tomar la iniciativa para hacer cosas	0	1	2	3			
6.	Reaccioné exageradamente en ciertas situaciones	0	1	2	3			
7.	Sentí que mis manos temblaban	0	1	2	3			
8.	Sentí que tenía muchos nervios	0	1	2	3			
9.	Estaba preocupado por situaciones en las cuales podía tener pánico o en las que podría hacer el ridículo	0	1	2	3			
10.	Sentí que no tenía nada por que vivir	0	1	2	3			
11.	Noté que me agitaba	0	1	2	3			
12.	Se me hizo difícil relajarme	0	1	2	3			
13.	Me sentí triste y deprimido	0	1	2	3			
14.	No toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo	0	1	2	3			
15.	Sentí que estaba al punto de pánico	0	1	2	3			
16.	No me pude entusiasmar por nada	0	1	2	3			
17.	Sentí que valía muy poco como persona	0	1	2	3			
18.	Sentí que estaba muy irritable	0	1	2	3			
19.	Sentí los latidos de mi corazón a pesar de no haber hecho ningún esfuerzo físico	0	1	2	3			
20.	Tuve miedo sin razón	0	1	2	3			
21.	Sentí que la vida no tenía ningún sentido	0	1	2	3			
<b>TOTAL</b>								

Anexo

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	FACTORES	ESCALA DE MEDICIÓN
<b>Depresión</b>	Emociones positivas bajas, es decir,	Los puntajes obtenidos en la Escala de	Depresión (ítems 3, 5,	Ordinal (0,1,2,3)

	tristeza, falta de positividad o entusiasmo y pérdida de espontaneidad (Lovibond y Lovibond, 1995).	Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) constan de 21 ítems y se puntúan mediante una escala Likert, cuyos resultados se determinan en niveles: Normal, Medio, Moderado, Severo y Extremadamente Severo.	10, 13, 16, 17, 21)	
<b>Ansiedad</b>	Estado de tensión y excitación fisiológica. Los síntomas característicos incluyen dificultad para respirar, sequedad de boca, taquicardia, miedo, pánico y temblores (Lovibond y Lovibond, 1995).	Los puntajes se obtienen de los ítems correspondientes a ansiedad, evaluados mediante escala Likert.	Ansiedad (ítems 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20)	Ordinal (0,1,2,3)
<b>Estrés</b>	Un estado de hiperactividad persistente que refleja una dificultad constante para hacer frente a las exigencias de la vida cotidiana y una baja tolerancia a la frustración (Lovibond y Lovibond, 1995).	Los puntajes se obtienen de los ítems correspondientes al factor estrés, evaluados con escala Likert.	Estrés (ítems 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18)	Ordinal (0,1,2,3)

### Anexo 3. Instrumento Escala de Conductas Antisociales-Delictivas

### CUESTIONARIO A-D (33 ítems)

Autor original: Seisdedos (1988)

Escala:

1 = Nunca o casi nunca

2 = Algunas veces

3 = Frecuentemente

4 = Siempre

N.º	ÍTEMS	1	2	3	4
1	Provoco o participo en altercados dentro del pabellón o en espacios comunes del penal.	1	2	3	4
2	He salido de mi celda o ambiente asignado sin autorización del personal penitenciario.	1	2	3	4
3	He ingresado a zonas restringidas del penal sin permiso (almacenes, talleres, ambientes cerrados).	1	2	3	4
4	He tirado basura o dañado contenedores, paredes o puertas dentro del establecimiento penitenciario.	1	2	3	4
5	He usado lenguaje ofensivo o insultos hacia otras personas dentro del penal.	1	2	3	4
6	He molestado, provocado o iniciado discusiones con otros internos o personal.	1	2	3	4
7	He llegado tarde o no he asistido a mis actividades asignadas (talleres, educación, etc.).	1	2	3	4
8	He hecho trampa en actividades grupales, talleres o evaluaciones.	1	2	3	4
9	He escrito o dibujado en paredes, mesas u otras áreas prohibidas del penal.	1	2	3	4
10	He tomado objetos ajenos (lapiceros, cuadernos, utensilios) sin permiso.	1	2	3	4
11	He roto o dañado pertenencias de otros internos.	1	2	3	4
12	Hago bromas pesadas a otros internos, como empujarlos o incomodarlos.	1	2	3	4
13	Me he ausentado a propósito de actividades o reuniones dentro del penal.	1	2	3	4
14	He destruido plantas, áreas verdes o mobiliario del establecimiento penitenciario.	1	2	3	4
15	Toco puertas o barrotes de forma insistente molestando a otros.	1	2	3	4
16	Consumo alimentos o productos que están prohibidos dentro del penal.	1	2	3	4
17	He respondido de manera irrespetuosa al personal penitenciario.	1	2	3	4
18	Me he negado a realizar tareas o actividades que me asignan.	1	2	3	4
19	He peleado con otros internos usando golpes, empujones o insultos.	1	2	3	4
20	Busco o quiero unirme a grupos que generan conflictos o disturbios dentro del penal.	1	2	3	4
21	He intentado forzar cerraduras o puertas dentro del penal, aunque sea en forma de juego.	1	2	3	4
22	He entrado a un ambiente cerrado sin permiso, por curiosidad o para obtener algo.	1	2	3	4
23	He planeado cómo ingresar a áreas restringidas del penal sin autorización.	1	2	3	4
24	He tomado un objeto de otro interno y me lo he quedado.	1	2	3	4
25	He escapado o intentado escapar del control en actividades o durante traslados internos.	1	2	3	4

26	He tomado cosas de la bodega, talleres o almacén cuando estos estaban abiertos.	1	2	3	4
27	He robado materiales o herramientas dentro del penal.	1	2	3	4
28	He intentado sacar dinero u objetos de máquinas, casilleros o teléfonos públicos del penal.	1	2	3	4
29	He tomado ropa u objetos de otros internos sin permiso.	1	2	3	4
30	He amenazado verbalmente a otros internos, especialmente a los más vulnerables.	1	2	3	4
31	He consumido sustancias o bebidas no permitidas dentro del penal.	1	2	3	4
32	He destruido o dañado mobiliario o infraestructura del penal (bancas, baños, mesas, etc.).	1	2	3	4
33	He intentado ingresar a áreas o actividades prohibidas dentro del penal.	1	2	3	4

#### Anexo 4. Matriz del instrumento Escala de Conductas Antisociales-Delictivas

Variables de estudio	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicadores	Escala de medición
<b>Conductas antisociales-delictivas</b>	Tales actos causan daño a las personas y a la sociedad; el comportamiento antisocial infringe las normas de convivencia, mientras que los actos delictivos constituyen violaciones de esas normas (Seisdedos, 1988).	La medición de esta variable se realiza mediante el Cuestionario AD sobre comportamiento antisocial y delictivo. Se trata de una escala compuesta por 33 ítems (14 ítems sobre la dimensión del nivel de comportamiento y 19 ítems sobre la dimensión de la adaptación social). Las opciones de respuesta son cuatro:	Nivel conductual	Hacer desorden público, salirse sin permiso, ingresar a lugares prohibidos, comunicarse con palabras soeces, incumplir reglas. (Ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19)	<b>Ordinal</b>
			Adaptación social	Robar, consumo de alcohol y/o drogas y pertenecer a una	<b>Ordinal</b>

		nunca/rara vez, ocasionalmente, frecuentemente, siempre. Los niveles se indican como alto, medio o bajo.		pandilla. (Ítems: 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33)	
--	--	---	--	---	--