UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y RELACIONES HUMANAS

TESIS DE GRADO

Estilos de afrontamiento y autocontrol en el personal del Servicio Penitenciario Federal

PRESENTADA POR

Analía Palacios

DIRECTOR: Prof. Lic. Claudio Mestre

Título para obtener con la presentación de la tesis: Licenciatura en Psicología

Agosto de 2021

Agradecimientos

Mi especial agradecimiento a todas aquellas personas que, de una u otra manera contribuyeron al logro de la realización de mi tesis de grado. Al Lic. Claudio Mestre quien, desde sus aportes teóricos, su calidad humana y por todo su tiempo dedicado, colaboro en el proceso de construcción de la investigación.

Gracias a los/as amigos/as (futuros colegas) que la carrera me obsequio y que les dieron alegría a mis tardes/noches.

Finalmente, pero no menos importante, mil gracias a mi familia, por su amor y sus ganas de verme crecer. A mis hijos (Tomas y Máximo) que me brindaron su apoyo, me comprendieron, tuvieron tolerancia e infinita paciencia y cedieron su tiempo para que "mama estudie" y permitirme llevar adelante una meta personal, por enseñarme a veces sin darse cuenta de que siempre hay que luchar y siempre reinventarse.

.

Resumen

La teoría de los estilos de afrontamiento se refiere a aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. El presente estudio tiene como propósito describir los estilos de afrontamientos (Folkman & Lazarus, 1980), desde las distintas dimensiones y el nivel de autocontrol (Goleman, 1995), con la posterior asociación segmentada por las diferencias socio demográficas en población de agentes Penitenciarios. La muestra quedo conformada por 200 integrantes del Servicio Penitenciario Federal, pertenecientes a sus dos áreas; personal que se encuentra en contacto con personas privadas de su libertad, porque su lugar físico es dentro de Unidades, Alcaidías y Complejos Penitenciarios cumpliendo funciones de seguridad interna y externa, y personal sin dichas características (haciendo trabajos administrativos en oficinas). Los resultados muestran que estos trabajadores tienden a implementar estrategias de evitación, aceptación/resignación, con lo cual los hace menos operativos y cuentan con menor autocontrol, pero una parte de la muestra, sobre todo aquellos trabajadores, por ejemplo, que hacen trabajos en oficinas o son personal profesional (profesorados, carreras terciarias o de grado) tienden a utilizar estilos de afrontamiento relacionado a la reevaluación positiva, ya que en general, éste último está basado en el problema, y refleja los esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar o resolver los estresores que se presentan en el ámbito laboral. En cambio, el afrontamiento de evitación tiende a focalizarse en la emoción y refleja los intentos cognitivos y conductuales para evitar pensar a cerca del estresor y sus implicaciones, o para manejar los afectos relacionados con él.

Palabras claves: Estilos de Afrontamiento, Autocontrol, Servicio Penitenciario Federal

Abstract

The theory of coping styles refers to those constantly changing cognitive and behavioral efforts that are developed to handle specific external or internal demands that are evaluated as surplus or overflowing of the individual's resources. The purpose of this study is to describe the coping styles (Folkman & Lazarus, 1980), from the different dimensions and the level of self-control (Goleman, 1995), with the subsequent association segmented by the socio-demographic differences in the prison population. The sample was made up of 200 members of the Federal Penitentiary Service, belonging to its two areas; personnel who are in contact with persons deprived of their liberty, because their physical place is within Units, Wardens and Penitentiary Complexes, fulfilling internal and external security functions, and personnel without said characteristics (doing administrative work in offices). The results show that although these workers tend to implement strategies of avoidance, acceptance / resignation, which makes them less operational and has less self-control, but a part of the sample, especially those workers, for example, who do jobs in offices or are professional staff (teachers, tertiary or undergraduate careers) tend to use coping styles related to positive reevaluation, since in general, the latter is based on the problem, and reflects the cognitive and behavioral efforts to manage or solve the stressors that occur in the workplace. In contrast, avoidance coping tends to focus on emotion and reflects cognitive and behavioral attempts to avoid thinking about the stressor and its implications, or to manage the affects related to it.

Keywords: Coping Styles, Self-control, Federal Penitentiary Service

Índice

Agradecimientos……..…….2

Resumen…….……..3

Abstract…….……..…..4

Introduccion……..…….....9

CAPITULO 1. SERVICIO PENITENCIARIO FEDERAL…….....….12

1.1 Historia y cambios socio históricos…….…….....…..13

1.2 Introducción al Servicio Penitenciario Federal……...……..…14

1.2.1 Misión y objetivos…….....15

1.3 Organización……..…...15

1.4 Funciones del Servicio Penitenciario Federal…….....16

1.4.1 Atribuciones para el cumplimiento de sus funciones……...16

1.5 Abordaje institucional……..….18

1.6 Programas de tratamiento……...……..….19

1.6.1 Ofensores Sexuales……...…20

1.6.2 Personas trans…….…...22

1.6.3 Agresores de Violencia de Genero…….……..23

1.6.4 Mujeres……..……...25

1.6.5 Internos de Alto Riesgo……..…..27

1.6.6 Internos involucrados en causas de homicidio o tentativa……...29

1.6.7 Personas con Discapacidad……..31

1.6.8 jóvenes Adultos…….……..….32

1.6.9 Víctimas de violencia de género……..33

1.6.10 Personas de la tercera edad…….....….36

1.7 Funciones del Personal……37

1.7.1 Jerarquias y grados……..……41

CAPITULO 2. ESTILOS DE AFRONTAMIENTO…….…...43

2.1 Generalidades……...44

2.2 Definición de afrontamiento…….....44

2.3 Dimensiones del afrontamiento…….……..….45

2.3.1 Afrontamiento focalizado en el problema…….……...……47

2.3.2 Afrontamiento focalizado en la emoción…….……..…...47

2.3.3Afrontamiento orientado a la evitación…….……48

2.4 Aspecto temporal del afrontamiento…….…...……49

2.4.1 Medidas de afrontamiento intraindividuales…….…..…..50

2.4.2 Medidas de afrontamiento interindividuales…….……..….51

2.5 Conceptualización del afrontamiento como proceso…….……...51

2.6 Enfoque disposicional, situacional e integrativo del afrontamiento…….…...53

2.7 Diferencia entre recursos, estrategias y estilos de afrontamiento…….…...55

2.7.1 Recursos de afrontamiento…….…..55

2.7.1.1. Recursos físicos……...56

2.7.1.2. Recursos personales…….…56

2.7.1.3. Recursos sociales…….....56

2.7.2. Estrategias de afrontamiento…….…57

2.7.3. Estilos de afrontamiento…….....57

2.8. Acercamiento al estilo de afrontamiento…….....59

2.9. Estrategias de afrontamiento y resistencia al estrés……61

2.10 Afrontamiento y calidad de vida……...….62

2.11 Efectividad del afrontamiento……....64

CAPITULO 3. AUTOCONTROL…….…….……..66

3.1 Generalidades…….……..67

3.2. Definiciones…….……....68

3.2.1 Skinner……...……...68

3.2.2. Real Academia Española……...…..68

3.2.3 Goleman…….……..68

3.3. Técnicas de autocontrol emocional……...…..71

3.3.1 Musicoterapia…….…..….71

3.3.2 La risoterapia o terapia del humor……...…..71

3.3.2.1 Bases psicológicas de la risa…….……72

3.3.2.2 Bases sociales de la risa……72

CAPITULO 4. METODOLOGÍA……...……..74

4.Objetivos……...…75

4.1. General……...….75

4.2. Objetivos específicos……...……75

4.3. Hipótesis…….…….....75

4.4. Justificación y relevancia…….75

4.5. Tipo de estudio o diseño……..76

4.6. Caracterización de la muestra……...…...77

4.7. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos…….78

4.7.1. Cuestionario Autocontrol de Rosenbaum (Self Control Schedule, 1980)…….....78

4.7.1.1. Propósito…….…...79

4.7.1.2. Desarrollo……...…...80

4.7.1.3. Justificación……....80

4.7.1.4. Características psicométricas……...…81

4.7.1.5. Confiabilidad……...81

4.7.1.6. Uso Clínico……...….82

4.7.2. Inventario de Respuestas de Afrontamiento (CRI-A) para población adulta de R. Moos (1993) (Adaptación I.M. Mikulic, 1998)……..…82

4.7.2.1 Aplicación…….……84

4.7.2.2 Validez y confiabilidad…….86

4.8 Procedimientos…….87

CAPITULO 5. RESULTADO DEL ANALISIS……..……88

5.1 Resultados…….89

5.1.1 Asociación entre autocontrol y afrontamiento…….89
5.1.2Autocontrol y variables sociodemográficas……..….91

5.1.3 Autocontrol y variables laborales……...…..92
5.1.4 Estilos de Afrontamiento y variables sociodemográficas……....94
5.1.5 Estilos de Afrontamiento y variables laborales……...….99

CAPITULO 6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES…….……105

6.1 Conclusiones……..….106

6.2 Recomendaciones……...110

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS…….112

ANEXOS……...……114

Introducción

La responsabilidad que tiene el personal del Servicio Penitenciario Federal de reeducación y a la vez de coerción de comportamientos inadecuados para la convivencia entre los internos, supone para el funcionario una fuente de estrés debido al permanente cambio de rol, que está entre la cordialidad y la rigidez en el trato con el/la interno/a.

Así mismo debe enfrentarse muy a menudo con situaciones de estrés que pueden alterar su bienestar. Entonces, manejan estas situaciones con el fin de adaptarse y mantener un equilibrio que le otorgue satisfacción. Esto es posible gracias a los recursos o estilos de afrontamiento que utilizan para afrontar cada situación estresante.

A la vez el autocontrol indica el dominio que una persona puede tener en sus reacciones, sentimientos e impulsos a través de una acción voluntaria para hacerlos surgir o crecer, mantener o someter según su libre decisión. Podría definirse como la capacidad de mantener el control de uno mismo y la calma en situaciones estresantes o que provocan fuertes emociones ante situaciones hostiles. Implica resistir positivamente en condiciones constantes de estrés.

En este trabajo de investigación se intentará establecer cuáles son los estilos de afrontamiento y el grado de autocontrol que el personal del Servicio Penitenciario Federal utiliza preferentemente.

Para alcanzar dicho objetivo se tomarán una muestra, integrada por 200 personas que integran el Servicio Penitenciario Federal, que se encuentra trabajando en contacto con personas privadas de su libertad, y personal sin dichas características, pero que hace tareas de oficina, administrativas o de mantenimiento.

Luego se intentará evaluar el estilo de afrontamiento y el grado de autocontrol en dicha muestra, para finalmente intentar establecer si existe algún tipo de relación entre ambas variables.

La presente investigación estará conformada por:

PRIMERA PARTE: donde se presentará el marco teórico en el que se apoya la presente investigación. El marco teórico estará compuesto por tres capítulos, a saber:

Capítulo 1: surgimiento y cambios socio históricos en el Servicio Penitenciario Federal.

Capítulo 2: desarrollarlo sobre la temática del afrontamiento, desde los distintos significados existentes hasta la actualidad.

Capítulo 3: se realiza una descripción, desde la teoría cognitiva, acerca del autocontrol.

SEGUNDA PARTE: se presenta el marco metodológico, el cual estará conformado por tres capítulos, a saber:

Capítulo 4: se presentan los métodos y procedimientos de la investigación, exponiendo el tipo de muestra del que se trata, los sujetos de la muestra y los instrumentos utilizados: el Inventario de Respuesta de Afrontamiento para Adultos [CRI-A] (Moos, 1993; adaptación argentina: Mikulic & Crespi, 2008) y el Cuestionario de Autocontrol de Rosenbaum.

Capítulo 5: corresponde a la presentación de los resultados obtenidos del análisis de los cuestionarios aplicados a las muestras. Aquí se presentan dichos resultados en tablas, y se realiza además un análisis caso por caso.

Capítulo 6: finalmente se expondrán las conclusiones y recomendaciones a las que se arriben de dicho análisis, siempre recordando que solo serán aplicables al grupo de sujetos que participo en la investigación y de ninguna manera serán generalizables.

PRIMERA PARTE

MARCO TEORICO

CAPITULO 1

SERVICIO PENITENCIARIO FEDERAL

1.1 Historia y cambios socio históricos

El Servicio Penitenciario Federal reconoce sus orígenes orgánicos como repartición estatal, en la Ley 11.833 de Organización Carcelaria y Régimen de la Pena de 1933, obra del "Dr. Juan José O´Connor", destacado funcionario y penalista, que abogo por el cumplimiento del mandato constitucional del artículo 18: "(…) Las cáceles de la Nación serán sanas y limpias, para seguridad y no para castigo de los reos detenidos en ellas, y toda medida que a pretexto de precaución conduzca a mortificarlos más allá de lo que aquella exija, hará responsable al juez que la autorice."

Hay que recordar que el Cabildo de Buenos Aires ya fue utilizado como lugar de detención de quienes habían quebrantado las normas en la época de la Revolución de 1810 es, además de sorprender a muchos, señalar que la cárcel acompaño desde los albores de la nacionalidad el desarrollo del país cumpliendo la función que la sociedad le encomendó a través de los tiempos.

Mientras que la Argentina crecía, las cárceles nacionales o federales hicieron lo propio en el cumplimiento de su función con un sesgo institucional nítido: la humanización de la pena.

Muy atrás quedaron los "barracones infames" de alojamiento de presos en las cárceles del sur del país, como lo califico quien mejor las conocía a partir de la segunda década del siglo anterior, el ilustre penitenciarista argentino Juan José O´Connor. Y más de seis décadas transcurrieron desde que, por iniciativa del entonces director general de Institutos Penales, Roberto Pettinato, se eliminaron los grilletes de sujeción y el traje a rayas que uniformo a los internos hasta fines de la década del ´40.

Ya desprendidas de esto y otros emblemas de castigo, las cárceles federales avanzaron a un ritmo que las convirtió en pioneras de América del Sur y Central en abandonar el sistema de la reclusión por la de reclusión misma, tan inútil para el preso como para la sociedad a la que retomaría para incorporar las premisas resocializadoras.

Este nuevo sentido de la pena, edificante, superador, creció y acompaño la madurez institucional de la Argentina y las nuevas demandas hacia el sistema penitenciario que a

esta altura formula una dinámica de reflexión social impulsada por la revolución que han planteado las comunicaciones en tiempo real.

Esa demanda de disminuir el castigo para atender el esfuerzo recuperador, resocializador, del hombre y la mujer encarcelados, sigue creciendo cada día a través de las modalidades de oferta educativa, de atención médica, de asistencia social y laboral que se pone al alcance de condenados y procesados alojados en las unidades del Servicio Penitenciario Federal.

Heredero de la Dirección General de Institutos Penales creada por la Ley N°11.833 "De Organización Carcelaria y régimen de la Pena", del año 1933, el Servicio Penitenciario Federal hoy encuadrado por el artículo de la ley de Ejecución de la Pena Privativa de la Libertad N°24.660, reafirma la premisa resocializadora del tratamiento de los internos que impregna su historia.

Es decir, confirma la premisa con la que las cárceles federales acompaño la historia nacional: la humanización de la pena.

A través de su historia, se trata de revertir muchos años de ocultar la cárcel para negar una realidad, que forma parte de la sociedad a la que sirve. A través de este repaso, se espera trasmitir este sentido humano del penitenciarismo federal argentino asociado a su trayectoria institucional.

1.2 Introducción al Servicio Penitenciario Federal

El siguiente apartado está confeccionado a partir de la información obtenido del reglamento interno del Servicio Penitenciario Federal. Actualmente, su funcionamiento se rige por las previsiones de la Ley Orgánica respectiva Nº 20.416, la Ley de Ejecución de la Pena Privativa de la Libertad Nº24.660 y reglamentos complementarios. Este reglamento establece los conceptos fundamentales, así como las disposiciones generales y reglas que rigen el desempeño del personal del S.P.F en los comandos, institutos, unidades y organismos que lo integran.

1.2.1Misión y objetivos

El Servicio Penitenciario Federal (SPF) es la institución del Estado Nacional que tiene a su cargo el gerenciamiento y la administración de los establecimientos penitenciarios, y la ejecución de los programas criminológicos destinados a disminuir la reincidencia, a desalentar la criminalidad y a contribuir a la seguridad pública.

La finalidad de los programas de tratamiento es lograr que las personas privadas de la libertad adquieran pautas de conducta y herramientas para su reinserción en la sociedad.

La administración de los recursos humanos se encuentra abocada a que el personal penitenciario integre una institución humanista, científica y eficiente, que lidere la investigación en materia de ejecución penal y colabore con otras instituciones académicas vinculadas al estudio de la teoría de la pena.

El SPF depende de la Subsecretaría de Relaciones con el Poder Judicial y Asuntos Penitenciarios del Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación, y su creación orgánica data de 1933 a través de la Ley Nº 11833 "De Organización Carcelaria y Régimen de la Pena".

1.3 Organización

La Dirección Nacional es el organismo técnico responsable de la conducción del Servicio Penitenciario Federal, que tiene a su cargo los institutos y servicios destinados a la custodia y guarda de los procesados y a la readaptación social de los condenados, en el territorio de la Capital Federal y de las provincias, dentro de la Jurisdicción del Gobierno de la Nación, y también el traslado de los internos.

1.4 Funciones del Servicio Penitenciario Federal

1-Velar por la seguridad y custodia de las personas sometidas a proceso procurando que el régimen carcelario contribuya a preservar o mejorar sus condiciones morales, su educación y su salud física y mental;

2-Promover la readaptación social de los condenados a sanciones privativas de libertad;

3-Participar en la asistencia postpenitenciaria;

4-Producir dictámenes criminológicos para las autoridades judiciales y administrativas sobre la personalidad de los internos, en los casos que legal o reglamentariamente corresponda;

5-Asesorar al Poder Ejecutivo Nacional en todo asunto que se relacione con la política penitenciaria;

6-Cooperar con otros organismos en la elaboración de una política de prevención de la criminalidad;

7-Contribuir al estudio de las reformas de la legislación vinculada a la defensa social;

8-Asesorar en materia de su competencia a otros organismos de jurisdicción Nacional o provincial.

1.4.1 Atribuciones para el cumplimiento de sus funciones:

1-Organizar, dirigir y administrar al Servicio penitenciario Federal, de acuerdo a las normas de la Ley de Ejecución de las Penas Privativas de la Libertad, complementaria del Código Penal, y a las disposiciones legales que regulen el régimen de las personas sometidas a proceso;

2-Atender a la formación y perfeccionamiento del personal penitenciario;

3-Propiciar el egreso anticipado de los internos en casos debidamente justificados, mediante indultos o conmutación de pena;

4-Admitir en sus establecimientos a condenados de jurisdicción provincial comprendidos en los artículos 18 y 53 del Código Penal;

5-Participar en los congresos, actos y conferencias de carácter penitenciario, criminológico y de materias afines, organizando y auspiciando los mismos en el País;

6-Propiciar la creación de establecimientos penitenciarios regionales;

7-Auspiciar convenios con las provincias en materia de organización carcelaria y régimen de la pena;

8-Requerir o intercambiar con las administraciones penitenciarias provinciales, informaciones y datos de carácter técnico y científico;

9-Organizar las conferencias penitenciarias nacionales;

10-Llevar la estadística penitenciaria nacional;

11-Mantener un centro de información sobre las instituciones oficiales y privadas de asistencia postpenitenciaria;

12-Facilitar la formación y perfeccionamiento del personal penitenciario de las provincias y de otros países, mediante el intercambio de funcionarios o becas de estudios;

13-Propiciar y mantener intercambio técnico y científico con instituciones similares y afines, nacionales y extranjeras;

14-Fijar la retribución de los internos en sus distintas categorías, conforme a los porcentajes que se reglamenten;

15-Intervenir en todos los casos de delitos que ocurran en el ámbito en que el Servicio Penitenciario Federal ejerza sus funciones, con los deberes y derechos que a la Policía Federal otorga el Código de Procedimiento en lo Criminal de la Capital Federal.

1.5 Abordaje institucional

El Servicio Penitenciario Federal, como parte del Sistema de Justicia Criminal, tiene a su cargo la custodia segura de las personas privadas de su libertad y trabaja junto a ellas para reducir las probabilidades de que reincidan.

En los últimos años se puso en marcha un importante programa de reformas que apunta a lograr estándares de objetividad en el trabajo, tomando como modelo a la corriente de pensamiento criminológico denominada "What Works" (lo que funciona). Este modelo plantea que existen intervenciones que pueden influir en la disminución de la reincidencia y, en consecuencia, en la reducción del delito.

En ese camino, el SPF definió como sus objetivos a tres pilares:

- la reducción de la reincidencia o reiterancia
- el desistimiento del delito
- la protección pública

Con el fin de lograr la integración social efectiva, se trabaja mediante la elaboración de planes de sentencia conforme a las necesidades criminogénicas de los internos, como así también fortaleciendo sus capacidades (técnicamente, lo que se denomina factores protectores).

De esa forma, se identifica la intervención que deberá brindarse a la persona durante el tiempo que permanezca privada de su libertad.

No sólo se trata del tratamiento individualizado, sino del conjunto de herramientas, dispositivos, programas, estrategias y metodologías que, basados en la evidencia empírica, permiten lograr una adecuada intervención para lograr la efectiva integración en el medio libre.

En consonancia con las visiones más actuales de la criminología -en especial los modelos de riesgo - necesidad y responsividad, juntamente con la perspectiva del desistimiento, se realizan planificaciones individuales para abordar los factores de riesgos, y desarrollar y fortalecer los factores que permiten el abandono de la conducta delictiva.

De esta manera, mediante la progresividad de la ejecución de la pena, la aplicación del principio de normalidad, el acompañamiento continuo en el cumplimento de metas y objetivos, se promueve la adquisición de hábitos, responsabilidades y habilidades necesarias para que la persona vaya asimilando gradualmente su integración en la comunidad.

1.6 Programas de tratamiento

El Servicio Penitenciario Federal trabaja de manera constante con diversos programas para fortalecer y perfeccionar el abordaje interdisciplinario e individual de las personas privadas de la libertad.

Se busca principalmente la asimilación de normas de conducta que resulten valiosas para el desarrollo de hábitos en la población penal y que eviten su posible reincidencia.

Los programas más destacados son:

- Ofensores sexuales
- Personas trans
- Agresores de violencia de género
- Mujeres
- Internos de alto riesgo
- Internos involucrados en causas de homicidio o tentativa
- Personas con discapacidad
- Jóvenes adultos
- Víctimas de violencia de género
- Personas de la tercera edad

1.6.1 Ofensores Sexuales

<u>Propósito</u>

Cimentado en un modelo de intervención psicosocial –desde un enfoque cognitivo conductual– asiste en términos de tratamiento a las personas condenadas por la comisión de delitos contra la integridad sexual con el fin de reducir los índices de reincidencia.

Este modelo de intervención pretende generar un espacio de aprendizaje que le posibilite al sujeto organizar la conducta y disminuir los factores de riesgo dinámicos (hábitos y valores delictivos, distorsiones, justificaciones, falta de empatía, entre otros).

Destinatarios

- Hombres mayores de 21 años condenados por delitos contra la integridad sexual.

Metodología

Para la admisión se toman en cuenta las siguientes condiciones:

a) Haber sido condenado con sentencia firme por delitos contra la integridad sexual.

b) No sufrir, además del trastorno primario, patología somática o mental descompensada.

c) Contar, como mínimo, con 3 años de sentencia hasta el agotamiento de condena a los fines de completar todas las fases del tratamiento.

La desvinculación se produce por las siguientes causas:

a) Generar situaciones de violencia en el grupo o la sesión individual.

b) Sufrir descompensación clínica o psicótica.

El Programa demanda unos tres años de tratamiento, pero dependerá del compromiso y recorrido del participante en el logro de los distintos objetivos, sus capacidades y evolución, además del tiempo de condena.

Se estructura de la siguiente manera:

- Fase I: evaluación diagnóstica individual, abordaje sobre la problemática del interno con relación a los delitos contra la integridad sexual e integración grupal (de 8 a 10 de meses de duración).

- Fase II: se trabaja sobre la implicancia subjetiva de las conductas transgresoras y sus consecuencias. Se aborda la historia personal de cada interno (de 10 a 12 meses de duración).

- Fase III: prevención de recaídas y resiliencia (capacidad de sobreponerse a las adversidades).

Durante la etapa de preadmisión, se efectúan evaluaciones en las unidades de origen para elaborar el diagnóstico presuntivo, estableciendo el nivel intelectual y la estructura psicopatológica predominante (neurosis, perversión, psicosis, trastornos de la personalidad, mecanismos defensivos estructurantes) a cargo de los profesionales de la salud mental (psicólogos y psiquiatras) de las áreas de Sanidad y Criminología, en conjunto con el Servicio Social, quienes realizan los estudios necesarios para establecer el perfil criminológico y seleccionar a los internos que reúnan los criterios para ser trasladados y alojados en el Complejo Penitenciario Federal V – Senillosa.

Equipo de profesionales intervinientes

El Programa de tratamiento para ofensores sexuales exige intervención y participación de todas las áreas de tratamiento. Además, se destaca la importancia del personal de Seguridad Interna, ya que su rol de operador terapéutico implica que conozcan el dispositivo y que estén al tanto de las conductas que puedan presentar los internos, comunicando las novedades pertinentes y reuniéndose con el equipo tratante de todas las áreas.

Unidades de aplicación

Se lleva a cabo en el Complejo Penitenciario Federal V – Senillosa.

La preadmisión se realiza en las unidades y complejos donde hay internos alojados con esta problemática: Complejo Penitenciario Federal II, Complejo Federal de Jóvenes Adultos, Colonia Penal de Santa Rosa (Unidad 4), Instituto de Seguridad y Resocialización (Unidad 6), Prisión Regional de Norte (Unidad 7), Colonia Penal de Viedma (Unidad 12), Cárcel de Esquel (Unidad 14), Colonia Penal de Candelaria (Unidad 17), Colonia Penal de Ezeiza (Unidad 19) y Cárcel Federal de Jujuy (Unidad 22).

Al finalizar, los internos deben regresar a las unidades respectivas, donde continúa la evaluación y evolución a cargo de un equipo tratante multidisciplinario, el que debe considerar la posible incorporación a modalidades de autodisciplina.

1.6.2 Personas trans

Propósito

Surge de la necesidad de determinar de forma objetiva los riesgos y necesidades específicas de personas trans privadas de la libertad, quienes resultan especialmente vulnerables como consecuencia de la desigualdad y la exclusión social.

Destinatarios

Personas trans, según lo estipulado en el artículo 2° de la Ley N° 26743, que define a la identidad de género como la vivencia interna e individual que siente cada persona, la cual puede corresponder o no con el sexo asignado al nacer. Esto puede involucrar la modificación de la apariencia o la función corporal a través de medios farmacológicos, quirúrgicos o de otra índole, siempre que sea libremente escogido.

Metodología

Como objetivo general, se busca proveer estándares adecuados respecto al trato y tratamiento de las personas trans privadas de la libertad, al abordar sus riesgos y necesidades específicas, a fin de contribuir al desarrollo personal de su identidad de género mediante el trato digno y el ejercicio pleno de sus derechos. Se pretende generar hábitos y

responsabilidades a través de la promoción de la igualdad y de brindar herramientas que tiendan a aumentar la posibilidad de un retorno favorable a la sociedad.

Para ello se ha puesto el foco de atención en la problemática específica de este grupo en particular, que concluyó en un cambio de alojamiento –conforme al género auto percibido– desde el Complejo Penitenciario Federal I hacia el Complejo Penitenciario Federal IV de mujeres y al Centro Federal de Detención de Mujeres (Unidad 31).

Equipo de profesionales intervinientes

Equipo interdisciplinario conformado por un coordinador y al menos un profesional de cada área de tratamiento, quienes se reúnen en forma regular para evaluar los resultados de la aplicación del presente programa.

Unidades de aplicación

Complejo Penitenciario Federal IV de mujeres y Centro Federal de Detención de Mujeres (Unidad 31)

1.6.3 Agresores de Violencia de Genero

Propósito

Busca que la persona tome conciencia de su participación activa en la violencia de género y de sus conductas disruptivas y que comprenda, así, la gravedad del hecho y adquiera herramientas y recursos para un cambio efectivo y duradero. Intenta promover la aceptación de la responsabilidad, entrenar la empatía con la víctima, promover estrategias adecuadas y no agresivas para resolver conflictos, ofrecer variedad de técnicas para el manejo de la impulsividad y del autocontrol, trabajar sobre distorsiones cognitivas y disminuir los niveles de stress, sentimientos de inadecuación, impotencia y tolerancia a la frustración.

Destinatarios Internos alojados con causa de homicidio en los que la víctima resultara una mujer, trata de personas, prostitución forzada, reducción a la servidumbre, violencia

doméstica, violencia hacia niños, amenazas y todo delito relacionado con la temática de violencia de género. Comprende, además, antecedentes de la problemática que se detecten a través de fichas de ingreso de sanidad, criminología, consulta espontánea, trabajo social y cualquier personal en actividad que pueda tener contacto con el interno.

Metodología

El programa consta de cinco etapas:

- Informativa - evaluativa (4 entrevistas)
- Planteo de la problemática - toma de conciencia
- Etapa psicoeducativa
- Desarrollo - introyección - profundización
- Integración - prevención - consolidación

Cada una de estas instancias se desarrolla bajo el marco teórico de la psicología cognitiva-conductual, cuyo objetivo general es identificar los pensamientos irracionales o desadaptativos, supuestos o creencias que están relacionadas con emociones negativas, y observar cómo son disfuncionales o inapropiadas, para luego reemplazarlas por alternativas más realistas, razonables y de autoayuda.

Las intervenciones buscan poner en marcha estrategias que mejoren las posibilidades para vivir en libertad, promover la motivación y enseñar habilidades de relación con otras personas, entre otras. Teniendo en cuenta que las técnicas terapéuticas particulares varían de acuerdo con la particularidad de cada persona.

Para la puesta en marcha de este dispositivo se recomiendan intervenciones grupales e individuales que no superen los 10 participantes por encuentro, con 2 coordinadores, al menos uno de ellos psicólogo.

Todo esto se implementa previa explicación del concepto de confidencialidad y voluntariedad que primará durante todas las sesiones. Los profesionales intervinientes están habilitados para informar sobre la evolución o involución del interno, su nivel de adhesión,

compromiso, asistencia, entre otras cuestiones, sin que ello implique mencionar detalles privados del tratamiento.

Equipo de profesionales intervinientes

Su implementación demanda la intervención y participación de profesionales (psicólogos clínicos, psicólogos sociales, trabajadores sociales, sociólogos, abogados) de los complejos y establecimientos del Servicio Penitenciario Federal.

Para su óptima aplicación se propone, paralelamente, la sensibilización de todo el personal y, específicamente, la formación académica de los profesionales en la temática, quienes deben participar activamente y respetar los contenidos del programa, garantizando la confidencialidad y asegurando su óptimo cumplimiento.

Unidades de aplicación

Complejo Penitenciario Federal II, Complejo Penitenciario Federal III, Complejo Penitenciario Federal IV, Colonia Penal de Santa Rosa (Unidad 4), Colonia Penal de General Roca (Unidad 5), Instituto de Seguridad y Resocialización (Unidad 6), Cárcel de Formosa (Unidad 10), Colonia Penal de Presidencia Roque Sáenz Peña (Unidad 11), Colonia Penal de Candelaria (Unidad 17), Colonia Penal de Ezeiza (Unidad 19), Instituto Correccional Abierto de General Pico (Unidad 25) e Instituto Penal Federal de Colonia Pinto (Unidad 35).

1.6.4 Mujeres

Propósito

El objetivo del programa es proveer estándares adecuados respecto al trato y tratamiento de las mujeres privadas de la libertad, abordando los riesgos y necesidades específicas, a fin de contribuir al desarrollo personal de su identidad mediante el trato digno y el ejercicio pleno de sus derechos. Ofrece herramientas laborales, culturales y sociales que permitan

disminuir la vulnerabilidad en materia social, para facilitar un adecuado retorno al medio libre.

Sus objetivos específicos son:

1. Promover en las mujeres privadas de la libertad la reducción de la reincidencia y el desistimiento del delito, mejorando la calidad de vida intramuros, y evitar toda forma de discriminación.

2. Brindarle un adecuado acceso a la salud integral.

3. Generar igualdad de oportunidades y condiciones en materia tratamental conforme a sus necesidades.

4. Ofrecer herramientas laborales, culturales y sociales que permitan disminuir la vulnerabilidad social, para facilitar un adecuado retorno al medio libre.

5. Otorgar a las mujeres embarazadas o con hijos alojados junto a ellas los beneficios que les corresponden conforme a sus necesidades.

6. Sensibilizar y capacitar al personal penitenciario sobre las normativas vigentes en materia de género, derechos humanos, principios de igualdad y no discriminación.

Destinatarios

Mujeres que se adhieran voluntariamente al programa.

Metodología

El Programa consta de tres fases:

-Fase I: se realiza la evaluación diagnostica individual al ingreso y la evaluación del riesgo inicial. La duración de esta fase está sujeta a la situación legal de cada interna.

-Fase II: se realiza la evaluación y tratamiento específico de cada una de las necesidades subjetivas asociadas al comportamiento infractor de las mujeres privadas de libertad. Se aplican programas de asistencia psicofísica para atender la salud, el bienestar general y la

prevención de enfermedades. Se realizan actividades de educación formal, culturales, recreativas y deportivas.

La duración está sujeta a la evaluación realizada en la anterior fase y a las sugerencias e indicaciones de los responsables de las diferentes áreas de tratamiento.

Fase III: corresponde al último periodo de progresividad del régimen penitenciario, donde se trabaja sobre el egreso de las internas. Consiste además en capacitación laboral y talleres orientados al sostenimiento y construcción de lo socio-familiar con proyección al medio libre.

Equipo de profesionales intervinientes

En este programa intervienen todas las áreas de tratamiento.

Unidad de aplicación

Instituto Correccional de Mujeres (Unidad 13)

1.6.5 Internos de Alto Riesgo

Propósito

Predecir el comportamiento delictivo a través de la utilización de instrumentos actuariales de medición de riesgo de reincidencia. Estos parten de la base de la existencia de factores de riesgo, conductas, comportamientos o situaciones específicas de la vida del evaluado que aumentan la probabilidad de que, en un futuro cercano, vaya a reincidir en el delito. El resultado de la evolución no es binario (riesgoso/no riesgoso) sino probabilística (muy bajo riesgo, riesgo medio, muy alto riesgo).

Destinatarios

Personas privadas de la libertad, mayores de 21 años, procesados o condenados, que tras haber sido evaluados cuenten con una o más de las siguientes características:

a) Representar riesgo de fuga.

b) Representar riesgo para la sociedad, el orden y la seguridad del establecimiento.

c) Representar riesgo para la seguridad pública.

d) Capacidad económica que pueda afectar o corromper la administración de los establecimientos.

e) Integrar grupos religiosos, revolucionarios o dogmáticos que amenacen la seguridad pública y el bienestar general de los ciudadanos.

Los estudios de campo realizados por el Instituto de Criminología y la evidencia empírica de base científica acreditan que cerca de mil internos alojados bajo jurisdicción federal pueden ser considerados de alto riesgo.

Metodología

Se realizan estudios basados en la evaluación específica de necesidades criminógenas que contemplan la aplicación de instrumentos técnicos que distinguen entre factores estáticos (elementos predictores de reincidencia) y factores dinámicos (áreas susceptibles de intervención especializada). La prevención de la reincidencia requiere intervenciones efectivas basadas en la comprensión de los factores que representan un riesgo para los delincuentes y les dificultan el éxito en su reintegro social.

Las variables utilizadas de factores estáticos corresponden a:

- La edad actual
- La edad en la primera condena
- El número total de condenas previas
- El número de condenas anteriores de prisión
- La naturaleza y la gravedad del (de los) delito (s)
- El tiempo total empleado en la cárcel.

Las puntuaciones de riesgo, evaluadas sobre la base de variables estáticas, correlacionan altamente la reincidencia posterior y nuevo encarcelamiento.

En síntesis, a los fines determinar el nivel de riesgo que presenta un interno, se tiene en cuenta el resultado que arroje el sistema de clasificación. Los factores señalados -mencionados en los manuales de psicología- se vinculan mediante un cálculo econométrico y basan en aspectos actuariales que permiten determinar eficazmente qué variables inciden al momento de la comisión de un ilícito, y que aspectos conductuales se deben abordar mediante tratamiento o programas especiales.

Equipo de profesionales intervinientes

Centro de evaluación de procesados, Consejo correccional del servicio criminológico y otros actores que disponen de medidas asegurativas.

Unidades de aplicación

Todas las unidades y complejos del Servicio Penitenciario Federal que cuentan entre su población penal con internos de alto riesgo.

1.6.6 Internos involucrados en causas de homicidio o tentativa

Propósito

Proveer herramientas terapéuticas a los internos para lograr un cambio positivo en sus conductas y estructuraciones cognitivas, a fin de poder incorporar modelos más ajustados a la vida social, como así también trabajar sobre el entendimiento del valor de la vida humana, propia y ajena, como un bien socialmente apreciado y jurídicamente protegido, apelando a generar un intercambio y reflexión con sus pares acerca de la problemática que se aborda, vinculada al delito.

Destinatarios

Internos procesados o condenados por el delito de homicidio culposo o sin intención previa que soliciten voluntariamente ser incorporados al programa.

Metodología

Los programas son más eficaces cuando se aplican a delincuentes de alto riesgo, de manera intensiva y focalizada en las necesidades criminógenas.

Cuando la población penal a tratar está conformada por internos con patologías psiquiátricas asociadas a la conducta delictiva, como pueden ser los trastornos de personalidad o psicopatías, los resultados son inciertos, ya que no es solo tratar la conducta delictiva propiamente dicha.

El desafío de los tratamientos consiste en que el interno logre comprender el efecto de su conducta, corregir sus distorsiones cognitivas y abandonar sus conductas de manipulación.

El modelo Riesgo-Necesidad-Responsividad, desarrollado para guiar la evaluación y el tratamiento de los detenidos en general, ha sido considerado el modelo de rehabilitación mejor validado. Múltiples evidencias han permitido determinar que estos principios básicos orientan los proyectos de intervención que logran buenos resultados en términos de disminución de la reincidencia delictiva.

Marco general del modelo de tratamiento.

Nivel motivacional: tiene como objetivo impulsar la motivación del interno para participar en el programa de tratamiento específico a través de entrevistas grupales e individuales.

Nivel de intervención: las sesiones son siempre en grupos, con una duración de 90 a 120 minutos, dos a tres veces por semana, durante aproximadamente un año.

Nivel intensivo: con técnicas cognitivas-conductuales dirigidas a modificar los factores que intervienen en la génesis de la agresión: conciencia emocional (identificar la ira y aumentar el autocontrol), empatía con el sufrimiento de la víctima, distorsiones cognitivas, mecanismos de defensa y prevención de recaídas (entrenamiento para anticiparse a situaciones de riesgo y afrontarlas adecuadamente). Autoconocimiento del manejo de la ira.

Una vez admitido, el interno asumirá el compromiso de asistencia, pudiendo ser excluido en caso de inasistencias injustificadas o nula participación.

Unidades de aplicación

Cárcel de Formosa (Unidad 10), Colonia Penal de Viedma (Unidad 12), Colonia Penal de Candelaria (Unidad 17), Colonia Penal de Ezeiza (Unidad 19) e Instituto Correccional Abierto de General Pico (Unidad 25).

1.6.7 Personas con Discapacidad

Propósito

Este programa busca mejorar las condiciones de vida de las personas con discapacidad que están privadas de su libertad, atender a sus derechos y generar acciones que tiendan a lograr relaciones y oportunidades igualitarias entre este colectivo y los demás internos. A través de un abordaje integral de todas las áreas de tratamiento penitenciario, se asisten las problemáticas, riesgos y necesidades que presenten estas personas con el fin de fortalecer su vida para cuando recuperen su libertad.

Destinatarios

Internos con discapacidad física o psíquica alojados en cualquiera de los establecimientos del SPF.

Metodología

Cuando la persona privada de la libertad ingresa al sistema penal una junta interdisciplinaria realiza una evaluación inicial. Esta analiza el tipo de discapacidad que presenta, la factibilidad de permanecer alojado en el establecimiento y las condiciones de habitabilidad que necesita. Además, realiza sugerencias sobre el tratamiento individual y comunica a la autoridad judicial competente la situación general del interno.

Luego de la evaluación inicial, se le propone a la persona incorporarse al programa a través de diversas actividades que se desarrollan en la unidad. Si acepta, queda formalmente incorporada. Si fuese necesario tratamiento y/o equipamiento especial para atender sus necesidades especiales, estas serán canalizados a través del Servicio de Asistencia Médica.

De no ser factible la permanencia del individuo en el establecimiento, se solicita su traslado a otro lugar más adecuado que pueda alojarlo.

De encontrarse impedimentos, se solicita se evalúe la posibilidad de aplicar penas alternativas a la privación de la libertad ante la autoridad judicial competente.

Trimestralmente la junta interdisciplinaria se reúne para realizar el seguimiento de todas las personas privadas de la libertad con discapacidad alojadas en el establecimiento. Durante dicha reunión se evalúa el progreso del individuo, el cumplimiento de los objetivos propuestos, la adaptación al nuevo entorno y todo otro dato que permita desarrollar integralmente el programa.

Equipo de profesionales intervinientes

La junta interdisciplinaria que realiza la valoración inicial al momento del ingreso de un interno con una determinada discapacidad está conformada por un médico, un psicólogo, un asistente social, un docente, un abogado y un delegado responsable del establecimiento.

Durante el tratamiento intervienen todas las áreas implicadas en el abordaje multidisciplinario: criminología, asistencia social educación, sanidad, trabajo y seguridad.

Unidades de aplicación

Todos los establecimientos del SPF.

1.6.8 jóvenes Adultos

Propósito

Se realizan acciones mediante un plan de sentencia destinado a evitar el re-encarcelamiento en busca de lograr la adquisición de hábitos y responsabilidades en la persona, como así también la generación de herramientas que le permitan desenvolverse dignamente en el medio libre sin tener que acudir al delito como medio de vida.

Destinatarios

Internos varones de dieciocho a veintiún años alojados en instituciones especiales o en secciones separadas o independientes de los establecimientos para adultos.

Metodología

Resulta necesario disponer de dispositivos de intervención educativos, laborales, ocupacionales, culturales, terapéuticos, deportivos, psicológicos, sociales y de formación profesional, entre otros. Debido a los riesgos, necesidades y capacidad de respuesta que presenta la persona, se diseña un tratamiento individualizado que permita trabajar en su recuperación personal y social.

Las acciones se desarrollan mediante diferentes programas y dispositivos, de acuerdo a las necesidades criminógenas que presentan los jóvenes. Algunas de estas acciones son la determinación temprana de los riesgos de conflictividad y suicidio, la modificación consensuada de términos carcelarios que atenúen durante su estadía la estigmatización de la detención propendiendo a cambiar los hábitos y el desistimiento del delito, la educación formal e informal, el tratamiento del abuso de sustancias y la implementación del sistema tutorías.

Unidades de aplicación

Cárcel Federal de Salta (Unidad 23) e Instituto de Jóvenes Adultos (Unidad 30).

1.6.9 Víctimas de violencia de género

Propósito

• Profundizar sobre los estilos de relación, vínculos amorosos y elecciones de pareja, conceptualizar, identificar y abordar las situaciones de violencia de género.

• Identificar y comprender, de forma simple y sencilla, indicios relacionados a las diferentes manifestaciones de la violencia.

• Dotar a las concurrentes de habilidades y recursos personales para que puedan identificar, prevenir y afrontar las situaciones de violencia, así como superar los efectos y secuelas en caso de haberla padecido.

• Dar a conocer los recursos existentes de protección a la víctima para que esta pueda informar de manera inmediata posibles episodios de violencia.

• Analizar y reevaluar las ideas disfuncionales relacionadas con sentimientos de culpa y vergüenza.

• Identificar al agresor como una persona con conflictos personales y emocionales que requiere de ayuda profesional.

• Explicar y trabajar sobre el funcionamiento del "Circulo de la Violencia" y caracterizar vínculos tóxicos/patológicos.

Destinatarios

Internas que han vivido y/o viven situaciones de violencia de género y aquellas que, sin haberla padecido, se encuentran interesadas en capacitarse a raíz del carácter preventivo que presenta el programa.

Metodología

Fase I

Busca construir un vínculo de adquisición de confianza y afecto entre las participantes y los profesionales.

Cada una de las participantes expresará (hasta donde pueda o quiera) sus sentimientos, experiencias y vivencias, para iniciar un reconocimiento individual y grupal y así poder avanzar a la siguiente.

Abarca cuatro encuentros, que están condicionados a la dinámica grupal y a las características del lugar de alojamiento.

Los objetivos de trabajo y de la meta final del proceso también se ajustan las peculiaridades del grupo.

Fase II -psicoeducativa

El objetivo preliminar es poner nombre a lo sucedido. La persona debe conocer el significado y las diferentes formas en que puede manifestarse la violencia. Lo importante es clarificar que se trata de vínculos asimétricos que se van construyendo de manera paulatina y que derivan de la desigualdad de poder entre hombres y mujeres.

Se busca que la interna comprenda qué es la violencia, quienes pueden ejercerla y cómo se puede actuar ante posibles situaciones.

La duración estará sujeta a la evaluación realizada en la Fase I.

Fase III- preventiva

Para prevenir posibles nuevos sucesos es fundamental que la persona logre distinguir una muestra de afecto de una conducta violenta. Es indispensable que pueda identificar situaciones potencialmente peligrosas y poner en práctica diversas técnicas de evitación.

Una vez identificada la conducta violenta, es importante que cuente con las herramientas necesarias para poder informar sobre los hechos a quien corresponda.

En esta tercera fase se brindan herramientas técnicas como recursos para evitar situaciones de esta índole.

La duración está sujeta a la dinámica grupal, pero no debe superar los 12 encuentros.

<u>Equipo de profesionales intervinientes</u>

El programa exige la intervención y participación de profesionales (psicólogos clínicos, psicólogos sociales, trabajadores sociales, abogados, sociólogos) capacitados en la temática de los complejos y establecimientos del SPF que alojen mujeres.

Una premisa básica es que se asegure la confidencialidad y seguridad a las participantes a lo largo de todo el proceso para garantizar óptimos resultados.

Unidades de aplicación

Complejo Penitenciario Federal III, Complejo Penitenciario Federal IV, Instituto Correccional de Mujeres (Unidad 13) y el Centro Federal de Detención de Mujeres (Unidad 31).

1.6.10 Personas de la tercera edad

Propósito

El programa está destinado a tomar acciones preventivas sobre el colectivo de adultos mayores en privación de la libertad. Promueve un envejecimiento activo y saludable, en miras a disminuir el impacto de las enfermedades crónicas sobre la salud, reducir las posibilidades de enfermar o sufrir un agravamiento de enfermedades ya padecidas; como así también instalar y fortalecer una política de promoción y atención primaria de la salud.

Destinatarios

Población penal mayores de 60 años independientemente de la situación legal y género (procesado o condenado, hombre o mujer).

Metodología

El programa establece que los internos que atraviesan la tercera edad reciban de manera personalizada una adecuada programación de actividades de acuerdo a sus diferentes capacidades físicas y estado de salud. Por ello, al ingresar se realiza una valoración integral

a cargo de un equipo multidisciplinario que incluya profesional médico, psicólogo y terapista ocupacional.

Se evalúan las habilidades del paciente para realizar las actividades de la vida cotidiana y las instrumentales. Las primeras incluyen la alimentación, vestimenta, el baño, el desplazamiento y el control de esfínteres. Las restantes permiten a las personas vivir en forma independiente e incluyen la preparación de las comidas, la realización de diversas tareas y la toma de medicamentos.

Las revisiones deben realizarse cada 6 meses para eventual modificación de los programas de actividades.

Equipo de profesionales intervinientes

El área responsable de la coordinación del programa es Asistencia Médica, a cargo de un profesional de la salud designado a tales efectos. El coordinador convoca a referentes de las demás áreas de tratamiento (asistencia social, criminología y educación, cultura y deportes) además de las áreas de trabajo y producción y seguridad para abordar las cuestiones relativas a la implementación.

Unidades de aplicación

Complejo Penitenciario Federal III, Complejo Penitenciario Federal de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Colonia Penal de Santa Rosa (Unidad 4), Colonia Penal de General Roca (U5), Instituto de Seguridad y Resocialización (Unidad 6), Cárcel de Formosa (Unidad 10), Cárcel de Esquel (Unidad 14), Centro Federal de Detención de Mujeres (Unidad 31), Campo de Mayo (Unidad 34) y en el Instituto Penal Federal de Colonia Pinto (Unidad 35).

1.7 Funciones del personal

Artículo sustituido por art. 1° de la Ley N° 20.622, B.O. 9/1/1974:

ARTICULO 41. – El personal penitenciario, a los fines de su ordenamiento en los escalafones y subescalafones respectivos, se clasifica en la siguiente forma:

I.- Escalafón Cuerpo General:

Personal Superior: desempeña funciones de conducción, organización, supervisión y ejecución en las áreas de la seguridad y técnica penitenciaria, del tratamiento de los internos, y las relacionadas a la inteligencia, al apoyo aéreo y a las comunicaciones de la Institución.

Personal Subalterno: desempeña funciones ejecutivas y subordinadas propias del personal comprendido en el Escalafón Cuerpo General.

II.- Escalafón Administrativo:

Personal Superior:

desempeña funciones administrativas especializadas en el orden presupuestario, contable, económico, financiero y patrimonial, que requieran los títulos habilitantes mencionados en los artículos 43 y 52.

III.- Escalafón Profesional:

Personal Superior:

Desempeña funciones científicas, docentes, asistenciales y de asesoramiento técnico, que requieran título habilitante universitario, secundario o especial. Se subdivide en los siguientes subescalafones:

a) Criminología: comprende a los médicos, psiquiatras y abogados con versación criminológica; psicólogos y sociólogos afectados a los servicios de observación, clasificación y orientación criminológica del tratamiento penitenciario;

b) Sanidad: comprende a los facultativos afectados a los servicios de medicina psicosomática preventiva y asistencial y profesionales afines (médicos, odontólogos, farmacéuticos, bioquímicos, psicólogos, psiquiatras, etc.,);

c) Servicio Social: comprende a los asistentes sociales diplomados, afectados a los servicios de asistencia penitenciaria y postpenitenciaria;

d) Jurídico: comprende a los abogados y procuradores afectados a los servicios de asesoramiento, representación y asistencia técnico-jurídica;

e) Docente: comprende a los maestros, bibliotecarios y profesores afectados a los servicios de educación correccional;

f) Clero: comprende a los capellanes afectados a los servicios de asistencia espiritual;

g) Trabajo: comprende a los ingenieros, veterinarios y otros profesionales, así como a los técnicos industriales y agrónomos y otros con título habilitante a nivel secundario de enseñanza agrícola o industrial, encargados de planificar y dirigir el trabajo penitenciario;

h) Construcciones: comprende a los ingenieros, arquitectos, maestros mayores de obra y otros profesionales, encargados de organizar, proyectar y dirigir las construcciones;

Personal Subalterno:

Colabora en la realización de las funciones propias del personal comprendido en el Escalafón Profesional. Se subdivide en los siguientes subescalafones:

a) Subprofesional: comprende al personal que colabora en la realización de los servicios propios de los subescalafones del Escalafón Profesional;

b) Maestranza: comprende al personal afectado a la realización de actividades laborales y a la enseñanza de los internos.

IV.- Escalafón Auxiliar:

Personal Subalterno:

Desempeña las funciones auxiliares que se requieran para la realización de la misión específica asignada a los escalafones Cuerpo General, Administrativo y Profesional. Se subdivide en los siguientes subescalafones:

a) Oficinista: comprende al personal necesario para la realización de tareas de oficina;

b) Intendencia: comprende al personal de choferes, motoristas, mayordomos, mozos, ordenanzas y en general a todo el personal de servicio.

ARTICULO 42. – Al Escalafón Cuerpo General, Personal Superior, se incorporarán con el grado de Subadjutor los aspirantes promovidos por aprobación del curso de Cadetes previsto en el artículo 67, apartado I, inciso a).

(Artículo sustituido por art. 1° de la Ley N° 20.622, B.O. 9/1/1974.)

ARTICULO 43. – Al Escalafón Administrativo, Personal Superior, se incorporarán con el grado de Subadjutor los Peritos Mercantiles que previa selección, aprueben el curso de Cadetes a que se refiere el artículo 67, apartado II, inciso a).

(Artículo sustituido por art. 1° de la Ley N° 20.622, *B.O. 9/1/1974.)*

ARTICULO 44. – Al Escalafón Profesional, Personal Superior, se incorporarán previo concurso con el grado de Subadjutor, los aspirantes que posean el título habilitante requerido. A los subescalafones Docente y Trabajo, se incorporarán los aspirantes que posean título de Maestro Normal Nacional o Técnicos industriales o agrarios u otro título a nivel secundario en especialidades agrarias o industriales, previa aprobación del curso de Cadetes a que se refiere el artículo 67, apartado III, inciso a).

(Artículo sustituido por art. 1° de la Ley N° 20.622, *B.O. 9/1/1974.)*

ARTICULO 45. – Al Escalafón Cuerpo General, Personal Subalterno, la incorporación de los aspirantes para la realización del curso teórico-práctico de reclutamiento, previsto en el artículo 67, apartado I, inciso b), se producirá en el grado de Subayudante.

ARTICULO 46. – Al Escalafón Profesional, Personal Subalterno, la incorporación de los aspirantes podrá producirse en los grados de Subayudante hasta Ayudante de 3a., inclusive, previo examen de capacitación profesional.

ARTICULO 47. – Al Escalafón Auxiliar, la incorporación de los aspirantes se producirá con el grado de Subayudante, previo examen de capacitación profesional.

ARTICULO 48. – En los concursos que se realicen para incorporar personal a las diversas especialidades comprendidas en el Escalafón Profesional, los agentes que revistaren en otros escalafones, que tuvieren el correspondiente título habilitante y reunieren los demás requisitos, gozarán de bonificación en el puntaje.

ARTICULO 52. – Los agentes penitenciarios, de acuerdo al escalafón en que se encuentren incorporados podrán alcanzar el grado máximo que en cada caso se indica:

I.- Escalafón Cuerpo General:

Personal Superior:

Podrá alcanzar hasta el grado de Inspector General.

Personal Subalterno:

Podrá alcanzar hasta el grado de Ayudante Mayor.

II.- Escalafón Administrativo:

Personal Superior: con el título de Perito Mercantil podrá alcanzar el grado de Subprefecto. Preferentemente con título de Contador Público o Doctor en Ciencias Económicas podrá alcanzar el grado de Inspector General.

III.- Escalafón Profesional:

Personal Superior:

Podrá alcanzar hasta el grado de Alcaide Mayor; cuando posea título universitario podrá alcanzar hasta el grado de Prefecto.

Personal Subalterno:

Podrá alcanzar hasta el grado de Ayudante Mayor.

IV.- Escalafón Auxiliar:

Personal Subalterno:

a) Subescalafón Oficinista: podrá alcanzar hasta el grado de Ayudante Mayor;

b) Subescalafón Intendencia: podrá alcanzar hasta el grado de Ayudante Mayor.

ARTICULO 53. – Para la constitución del cuadro orgánico a que se refiere el artículo 7 de esta ley, la reglamentación deberá fijar la correlación entre el grado y la función y la dotación por grado y escalafón.

1.7.1 Jerarquías y Grados

El personal penitenciario se agrupa en las siguientes jerarquías y grados:

Oficiales Superiores:

Inspector General

Prefecto

Subprefecto

Oficiales jefes:

Alcaide Mayor

Alcaide

Subalcaide

Oficiales:

Adjutor Principal

Adjutor

Subadjutor

Suboficiales Superiores:

Ayudante Mayor

Ayudante Principal

Ayudante de Ira

Suboficiales Subalternos

Ayudante de 2a

Ayudante de 3a.

Ayudante de 4a

Ayudante de 5ª.

Subayudante

CAPITULO 2

ESTILOS DE AFRONTAMIENTO

2.1 Generalidades

La categoría "coping" o "afrontamiento", no fue incluida en los Psychological Abstracts hasta 1967. En los años sesenta, una nueva línea de investigación, inicialmente relacionada con los trabajos sobre mecanismos de defensa, comenzó a unirse al termino "afrontamiento". Anteriormente dicha palabra había sido utilizada en la literatura de las ciencias médicas y sociales. A partir de finales de 1960, algunas categorías relacionadas habían sido agregadas (estilos de afrontamiento, recursos de afrontamiento) en respuesta a la gran cantidad de investigaciones que habían aparecido, en tópicos relacionados al afrontamiento y a temas relacionados al manejo del estrés (A.P.A, 1967).

De acuerdo con lo postulado por Haan (1965) "las conductas de afrontamiento difieren de las conductas defensivas. Las conductas defensivas son rígidas; obligatorias y deforman la realidad, mientras que las conductas de afrontamiento son flexibles, tienen un objetivo y están orientadas a la realidad. Una fuente de confusión se da por falta de claridad del afrontamiento con la utilización de mecanismos de defensa adaptativos"

Para un gran número de investigadores entre 1960 y 1970, el trabajo sobre las defensas adaptativas los llevo a un interés independiente, en el estudio de estrategias conscientes, utilizadas por los individuos, tropezando con situaciones estresantes o desconcertantes. Estas estrategias fueron posteriormente conceptualizadas, en esta nueva literatura como "afrontamiento" (Lazarus, 1982)

2.2 Definición de afrontamiento

Actualmente el afrontamiento es un fenómeno que puede ser planteado como introspección como observación y que incluye fenómenos internos, así como acciones externas (Gilmonte P; Peiró J., 1997).

Etimológicamente, afrontamiento viene de afrontar, lo cual significaba contraponer, colocar una cosa enfrente de otra, hacer frente al enemigo.

Una de las definiciones de afrontamiento que podemos mencionar es la siguiente: “Es un factor que puede ayudar a los individuos a mantener la adaptación psicosocial durante los periodos estresantes…engloban esfuerzos cognitivos y conductuales, para reducir, o eliminar condiciones estresantes y asociadas con angustia emocional” (Holahan, C., Moos, R. y Schaefer, J en Zeidner. M y Endler, N. 1996).

Folkman en 1980 sugiere a:

“Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales, constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”.

El afrontamiento es un proceso cambiante en el que el individuo, en determinado momento, debe contar principalmente con estrategias defensivas, y en otros con estrategias que sirvan para resolver el problema, todo ello a medida que va cambiando su relación con el entorno.

A su vez diferencian las estrategias de afrontamiento en aquellas:

- Destinadas a regular la respuesta emocional, también llamadas “paliativas” que consisten en una serie de procesos cognitivos encargados de disminuir el grado de trastorno emocional que genera una situación estresante. Aquí los sujetos las usan cuando perciben que los estresores no pueden ser modificados y tienen que interactuar con ellos.
- Destinados a manipular o alterar el problema llamadas “instrumentales”, que implican intentar modificar el estresor. Se trata de estrategias que buscan analizar y definir la situación, y lograr alternativas para su solución, considerando costos y beneficios. Se sabe que las estrategias de afrontamiento para el síndrome de burnout, centradas en el problema, previene el desarrollo del síndrome, mientras que las centradas en la emoción, especialmente aquellas que tiene que ver con la evitación y el escape, facilitan su aparición.

2.3 Dimensiones del afrontamiento

La primera generación de investigadores de afrontamiento, comenzaron a identificar y a estudiar un número limitado de respuestas de afrontamiento básicas, enfocado a la emoción y el afrontamiento. Dos dimensiones de afrontamiento en particular fueron identificadas y posteriormente han continuado atrayendo a los investigadores. Afrontamiento enfocado al problema. Las dimensiones del afrontamiento enfocado al problema, incluye estrategias que intentan resolver, reconceptualizar o minimizar los efectos de una situación estresante. La dimensión del afrontamiento enfocado en la emoción incluye estrategias que involucran la auto-preocupación, la fantasía o alguna otra actividad relacionada a la regulación de los afectos (Eckenmole, 1991).

Otra dimensión, identificada por la primera generación de investigadores, es la del afrontamiento orientado a la evitación. Un individuo puede reaccionar, a una situación estresante mediante el buscar gente (diversión social) o puede comprometerse con una tarea sustituta (por ejemplo distracción) (Moos, 1981).

Para la primera generación de investigadores del afrontamiento, la atención se focalizo casi exclusivamente, en el estudio de reacciones de afrontamiento, en eventos de la vida amenazantes o traumantes. Esto se convirtió en algo tan común a principios de 1970, que algunos teóricos comenzaron a definir el área del estudio del afrontamiento, como el estudio de respuestas y reacciones a situaciones extremas (Moos, 1981).

Durante 1970 y 1980, los investigadores comenzaron a creer que "los patrones de afrontamiento no están de gran manera determinados por los factores individuales" (Folkman & Lazarus, 1980).

Los investigadores remarcaron la importancia del estudio del contexto situacional, en el cual, el afrontamiento tiene lugar (Billengs &Moos, 1981; Felton & Reverson, 1984; Folkman & Lázarus, 1985; Pearlin & Scooler, 1973; Stone & Neale, 1984).

A través de los años los investigadores del afrontamiento han dado importancia a los factores psicológicos y ambientales. Los factores psicológicos podrían incluir variables como autoestima y autoeficacia, mientras que los factores ambientales, podrían incluir las redes de apoyo social, recursos financieros o educación (Eckenmole, 1991).

2.3.1 Afrontamiento focalizado en el problema

Consiste en cambiar la relación ambiente-persona, actuando sobre el ambiente o a sobre sí mismo. Se trataría de manejar o alterar las fuentes generadoras de estrés (Folkman & Lazarus, 1980).

Las estrategias que involucran esta dimensión están dirigidas a la definición del problema, la búsqueda de soluciones alternativas, las consideraciones de tales alternativas en base a su costo, beneficios, etc.

Implica conductas de:

- Manejo del entorno: Modificar las presiones ambientales sociales, eliminar obstáculos y ampliar o enriquecer los recursos materiales.
- Manejo del individuo: Modificar el nivel de aspiración, desarrollar nuevas pautas de conducta y habilidades o buscar otras vías de satisfacción alternativa.

En general, la gente que utiliza más este tipo de afrontamiento tiende a adaptarse mejor a los estresores de la vida y experimentan menos síntomas psicológicos.

Las respuestas tales como afrontamiento focalizo en el problema (también llamadas conductas o acciones directas), afrontamiento cognitivo (también llamado evaluativo) y el afrontamiento social (búsqueda de apoyo social) están agrupados dentro de lo que es el Afrontamiento de Aproximación o Abordaje porque incluyen una inversión de esfuerzo en el proceso de afrontamiento. Además, pueden moderar la potencial influencia adversa de cada cambio vital negativo y soportar el rol de los estresores en el funcionamiento psicológico (Billinngs & Moos, 1981; Pearlin & Chooler, 1978; en Holahan, C., Moos, R. y Schaefer, J. 1996)

2.3.2 Afrontamiento focalizado en la emoción

Este tipo de afrontamiento implicaría cambiar el modo en que se trata o interpreta lo que está ocurriendo para mitigar el estrés (Wills, T. y Hirky, E., 1996).

También este afrontamiento incluye estrategias cognitivo que no cambian directamente la situación actual, pero ayudan a asignarle un nuevo significado. Además, pueden requerir una reestructuración interna.

Esto implica:

- Procesos cognitivos: destinados a disminuir la magnitud de la respuesta emocional dentro del estrés: evitación cognitiva, minimización, distanciamiento, despersonalización, comparación positiva y extracción de los aspectos positivos de los hechos negativos; aumentar la intensidad de la respuesta emocional con el fin de inducirse en la acción, modificar el significado de la situación demandante y distorsionar la realidad.
- Estrategias conductuales: estás tienen que ver con, involucrarse en el ejercicio físico, fumar, beber, buscar apoyo social, desahogarse expresándolo sentimientos, meditar, relajarse, comer, tener relaciones sexuales, etc.

2.3.3 Afrontamiento orientado a la evitación

Esta dimensión del afrontamiento fue conceptualizada como involucrando respuestas evitativas orientadas hacia las personas y/o orientadas hacia la tarea. El afrontamiento evitativo, tal como la negación, el apartarse del problema, generalmente está asociado con angustia psicológica (Holmes & Stevenson, 1990; Suls & Fletche, 1985; en Holahan, C, Moons, R. y Schaefer, J., 1996).

Algunos autores tratan al afrontamiento focalizado en la emoción como una forma de afrontamiento evitativo. Estos son contrapuestos al afrontamiento de aproximación en tanto los dos primeros no se dirigen a la resolución y confrontación directa con los estresores, sino que se focalizan más en la regulación de procesos mediacionales o evitación inclusive. Estos incluyen respuestas tales como distracción, retraimiento, fantaseo, que entran en la categoría de “descarga emocional” e incluye la descarga de emociones negativas hacia otras personas (Wills, T. y Hirky, E., 1996).

2.4 Aspecto temporal del afrontamiento

Hablamos de aspecto temporal, ya que se puede afrontar un evento estresante antes de que tenga lugar, mientras esté ocurriendo o posteriormente. Beehr y Mc Grath (1996) distinguieron cinco situaciones que crean un contexto temporal.

- Afrontamiento preventivo: mucho antes que los eventos estresantes ocurran, o puedan ocurrir.
- Afrontamiento anticipatorio: cuando el evento es anticipado pronto.
- Afrontamiento dinámico: mientras está ocurriendo.
- Afrontamiento reactivo: después de que ha ocurrido el evento.

Durante 1960 y 1970, eventos importantes ocurrían en la psicología como un todo, e influyeron disminuyendo el interés en las variables personales. Los estudios sobre afrontamiento reflejan los eventos que ocurrían en la psicología de los rasgos. En 1960, el situacionismo, se convirtió en un desafío serio a la hegemonía del estudio de los rasgos de la psicología de la personalidad. Enfatizaba los factores externos ambientales como los mayores determinantes de la personalidad (Endler, 1993).

El aumento del situacionismo significo que, por primera vez, en la historia de la psicología moderna, los factores ambientales, rivalizaban con los rasgos, en las investigaciones sobre la personalidad.

La distinción entre los investigadores quienes enfatizan la influencia de variables predisponentes (los rasgos), en contraposición a los que resaltan los factores situacionales (afrontamiento, como un proceso), ha sido considerada como la distinción entre el acercamiento interindividual, o el acercamiento intraindividual (Lazarus, 1993; Endler, 1992).

El acercamiento interindividual intenta identificar estilos de afrontamiento básicos, habitualmente estrategias de afrontamiento utilizadas por individuos particulares a través de diferentes tipos de situaciones estresantes.

El acercamiento intraindividual, por otro lado, intenta identificarse conductas o estrategias básicas de afrontamiento utilizadas por los individuos en tipos particulares de situaciones estresantes desconcertantes. Este asume que "los individuos tienen un repertorio de opciones disponibles de afrontamiento, de las cuales pueden construir las que ellos creen como la estrategia más efectiva, dependiendo de la naturaleza de la situación" (Cox & Fergunson, 1991).

Este acercamiento asume que "los individuos tienen un repertorio de opciones disponibles de afrontamiento, de las cuales pueden construir las que ellos creen como la estrategia más efectiva, dependiendo de la naturaleza de la situación" (Cox & Fergunson,1991).

2.4.1 Medidas de afrontamiento intraindividuales

- Medidas específicas de la situación.

  El primer tipo para evaluar estrategias o respuestas de afrontamiento básicas estaban basadas en respuestas a una situación estresante especifica. El estudio de la relación entre el estilo de afrontamiento y la salud, en particular se ha convertido en uno de los tópicos más importantes en el área del afrontamiento (Parker & Endler, 1992; Taylos, 1990). Variedad de modelos conceptualizan el afrontamiento como una parte integral de la interacción psicológica, ambiental y factores biológicos, que influencian la salud, tanto como el bienestar (Lazarus & Folkman, 1984; Thomas, 1978).
- Medidas de situaciones múltiples.

  El segundo tipo de medidas intraindividuales evalúa un numero de respuestas o estrategias básicas, que podrían ser utilizados en diferentes situaciones estresantes. Los ítems utilizados con estas medidas evalúan una gran cantidad de actividades de afrontamiento potenciales, por esta razón las escalas pueden ser utilizadas con individuos experimentando un numero variado de situaciones estresantes. Generalmente, se les pide que identifiquen un evento estresante reciente y que respondan a los ítems de afrontamiento haciendo referencia a este evento especifico.

2.4.2 Medidas de afrontamiento interindividuales.

Folkman (1992) ha dicho que "las medidas de los rasgos de afrontamiento y las disposiciones no son predictivas generalmente de como una persona afronta en actuales situaciones estresantes ocurridas naturalmente.

Durante 1980 y principios de 1990, el estilo de afrontamiento (predisposiciones) ha ganado la atención de investigadores del afrontamiento. Muchas de las recientes investigaciones han enfocado su desarrollo en la confiabilidad y validación de las medidas de afrontamiento interindividuales (Carpenter & Lazarus, 1993).

La falta de interés, por la mayoría de los investigadores del afrontamiento, de integrar los acercamientos interindividuales y los intraindividuales, ha sido una característica distintiva.

En los años recientes los investigadores, trabajando con los dos acercamientos tradicionales del afrontamiento, han ganado mayor distancia. Los investigadores del afrontamiento se podían beneficiar, enfocaran su atención en el estudio simultaneo de ambas variables (Folkman, 1992; Lazarus, 1991).

2.5 Conceptualización del afrontamiento como proceso

El concepto de afrontamiento podría agruparse en dos aproximaciones distintas, una que lo asume como un estilo personal de afrontar el estrés, lo cual implica que es relativamente estable, y la otra que lo extiende como un proceso (Lazarus & Folkman, 1984; Moos & Scaefer, 1991).

Los estilos de afrontamiento se han formulado partiendo de la base de que se trata de disposiciones personales para hacer frente a las distintas situaciones estresantes. Estos estilos serian formas habituales o estereotipadas de afrontar una crisis. Se los puede describir tanto por los hábitos cognitivos, como por el comportamiento (Lazarus, 1984).

Siguiendo a Arcas y Manzano (1989), estos autores consideran que es necesario establecer la diferencia entre “estilos de afrontamiento” y “estrategias de afrontamiento”, y concluyen que: se hablara se “estilos de afrontamiento” como variables disposicionales que incluyen sobre la elección de las estrategias de afrontamiento, y propiamente las “estrategias de afrontamiento” como acciones concretas y especificas puestas en marcha para enfrentarse a la situación.

Las estrategias de afrontamiento no se reducen ni a un proceso (dependencia de las cualidades percibidas de la situación) ni a disposiciones personales, sino que se debe a una interacción de ambos factores.

Considerar el afrontamiento como un proceso implica asumir los siguientes principios:

- El termino afrontamiento se emplea indistintamente de que el proceso sea adaptativo o desadaptativo, eficaz o ineficaz. No existen procesos de afrontamiento universalmente adaptativos o desadaptativos, eficaz o ineficaz. No existen procesos de afrontamiento universalmente adaptativos o desadaptativos ya que esto dependería de múltiples factores, como la persona, el tipo específico de encuentro (relación entre la persona y el estresor).
- El afrontamiento depende del contexto. Se trata de una aproximación orientada contextualmente más que una disposición estable. Esto significa que existe una dinámica surgida de las continuas evaluaciones en la cambiante relación del individuo con su entorno.

El proceso de afrontamiento empleado para diferentes amenazas, producidos por alguna fuente de estrés psicológicos, varía en función de la significación adaptativa y los requerimientos de otras amenazas

Las variables que afectan a esta relación serían básicamente de tres tipos:

- Conductuales: caracterizada por el resultado de los esfuerzos de afrontamiento, dirigidos a cambiar el entorno.

- Cognitivas: surgirían de la traducción interior del entorno, modificando el significado del acontecimiento o aumentando su comprensión.
- Ambientales: producidas por cambios del entorno, independientes del individuo y de su actividad para afrontarlo.

La teoría del afrontamiento como proceso enfatiza que al menos existen dos funciones principales del afrontamiento, una focalizada en el problema y otra en la emoción.

2.6 Enfoque disposicional, situacional e integrativo del afrontamiento.

Afrontamiento, es un factor estabilizador que puede ayudar a los individuos a mantener adaptación psicosocial durante periodos de estrés, conjuga esfuerzos cognitivos y conductuales para reducir o eliminar condiciones asociadas a angustia emocional (Lazarus & Folkman, 1984; Moos & Scaefer, 1991).

En un gran nivel general las estimaciones de las estrategias de afrontamiento pueden ser categorizadas según las asunciones sobre los determinantes primarios, de las respuestas del afrontamiento.

Aunque los investigadores del afrontamiento pudieron volver su atención al estudio de un amplio rango de situaciones estresantes, sus preocupaciones iniciales por situaciones extremas tuvieron un efecto imprevisto en promover el estudio de variables situacionales en investigaciones a expensa de las variables personales (disposicionales).

Consistente con la visión de que los factores situacionales determinan respuestas de afrontamiento específicas, muchos investigadores comenzaron a focalizar su atención en el estudio de variables, tales como la evaluación cognitiva de situaciones estrés antes y los recursos del afrontamiento.

La estimación disposicional, asume que factores de base personales relativamente estables, están por debajo de la selección de conductas de afrontamiento.

El paradigma de este enfoque es el modelo psicoanalítico del yo. Los procesos del yo son mecanismos cognitivos inconscientes (aunque su expresión puede envolver componentes conductuales) cuyas funciones principales son defensivas (distorsionar la realidad) y focalizado en la emoción (reducir la tensión). Dentro del enfoque disposicional se asume que la gente tiene preferencias relativamente estables para particulares defensas y estilos de afrontamiento para negociar con los conflictos y que esos estilos varían en su madurez (Carver, 1989).

La estimación contextual, Lazarus y asociados, consideran el afrontamiento, como una respuesta a una situación estresante específica, más que como una característica estable de la personalidad. Conscientes y activas apreciaciones de una amenaza potencial funcionan como un mediador entre estresores de vida y respuestas de afrontamiento individuales (Folkman, 1992; Lazarus, 1981; Lazarus & Folkman, 1984).

El afrontamiento, es considerado como un proceso dinámico que cambia a través del tiempo, en respuesta a las estimaciones y demandas cambiantes de la situación.

El enfoque contextual supone que factores basados en la situación (transitorios) dan forma a las elecciones que hacen las personas en las respuestas de afrontamiento (Holahan, Moos y Schaefer, 1996).

Otros investigadores también han propuestos una conceptualización contextualmente orientada del afrontamiento. Común a estas conceptualizaciones es la medida del afrontamiento a través de reportes de pensamientos y acciones de los individuos que utilizan para copear en situaciones estresantes determinadas (Stone et al., 1991). Otras técnicas orientadas contextualmente, les piden a los individuos que describan como han hecho para liderar con un evento estresante especifico o con un importante problema reciente (Amirkhan, 1990).

Un marco de referencia conceptual integrativo: los teóricos contemporáneos generalmente reconocen que los acercamientos contextuales y disposicionales tienen fuerzas complementarias lo que respecta a la descripción del proceso de afrontamiento.

Las aproximaciones contextuales reflejan como una persona afronta con un particular tipo de evento estresante y son sensibles a los cambios en los esfuerzos de afrontamiento durante los episodios estresantes (Carver y Colabs, 1989; Folkman, 1992; en Holahan, C; Moos, R y Schaefer, J, 1996).

2.7 Diferencia entre recursos, estrategias y estilos de afrontamiento

2.7.1Recursos de afrontamiento

Los recursos constituyen una línea de suministro de las estrategias de afrontamiento. Son las ventajas físicas personales y sociales que una persona lleva consigo a la situación. Lazarus y Folkman (Holahan & Moos, 1994) definieron a los procesos de afrontamiento como" aquello que el individuo utiliza con el fin de afrontar". Estos autores dicen que "los recursos preceden e influyen al afrontamiento".

La flexibilidad al enfrentar los hechos adversos involucra un interjuego dinámico entre los recursos individuales y sociales, y esfuerzos de afrontamiento. Los recursos individuales y sociales se unen para mantener un estado saludable bajo los cambios de un modo significativo, porque ellos comprometen estrategias de afrontamiento más adaptativas (Holahan, 1996).

El afrontamiento eficaz depende de tener determinados recursos preparados para alimentar el esfuerzo. Estos recursos pueden ser rasgos personales, sistemas sociales o atributos físicos. Entre los rasgos personales más importante se encuentran la autoeficacia, el optimismo, la percepción de control y autoestima (Holahan &Moos, 1994).

Los recursos sociales incluyen la familia, los amigos, el trabajo y los sistemas de ayuda. Los recursos físicos incluyen una buena salud, adecuada energía física, alojamiento funcional y un mínimo de estabilidad financiera (Antonovsky, 1987).

Por lo tanto, los recursos se refieren a las ventajas físicas, personales y sociales que una persona lleva consigo a la situación, La forma en que el individuo afronta la situación dependerá de los recursos de que disponga (Holahan, 1996)

2.7.1.1. Recursos físicos.

Estos recursos incluyen una buena salud y una adecuada energía física. Esta sería la más importante para el afrontamiento de situaciones estresantes, ya que una persona cansada tiene menos energía que aportar al proceso de afrontamiento que otra saludable y con un mejor estado general (Holahan, 1996).

2.7.1.2. Recursos personales.

Incluyen características de la personalidad y cognitivas relativamente estables, que dan forma de afrontamiento. Factores disposicionales relacionados al control personal, son importantes para los recursos de afrontamiento, incluyendo la autoeficacia (Bandura, 1982), el optimismo (Schneider, Weintraub & Carver, 1986), energía (Kobasa, 1982; Kobasa, Madd & Kahn, 1982), sentido de coherencia y un locus de control interno (Lefcovit, 1996).

2.7.1.3. Recursos sociales.

El apoyo social es considerado como un importante apoyo para el afrontamiento eficaz. Esto puede ayudar a la gente a afrontar el estrés a través de la acción directa o indirecta (Cohen y Will, 1985, en Rice, P., 1998).

El efecto indirecto se llama modelo amortiguador. En este caso el apoyo social no hace nada de forma directa para reducir o eliminar el estrés. Solamente protege a las personas del efecto negativo del estrés.

Los recursos sociales pueden fortalecer los esfuerzos por afrontar y proveer soporte emocional que apoya los sentimientos de autoestima y autoconfianza. Así como proveer información para la evaluación de la amenaza y en el planeamiento de estrategias de afrontamiento (Lefcovit, 1996).

El apoyo familiar determinaría un aumento en el afrontamiento de proximacion y al mismo tiempo una disminución en el afrontamiento evitativo.

2.7.2. Estrategias de afrontamiento.

Las estrategias de afrontamiento fueron estudiadas por Mathen y colaboradores en el año 1986 (Rice, P., 1998) y se refieren a las actuaciones y planes directos utilizados para disminuir o eliminar el estrés.

Otros autores las denominan como "procesos concretos que utilizan en cada contexto y que pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes" (Fernández Abascal, 1997).

Las estrategias de afrontamiento pueden agruparse en dos categorías llamadas afrontamiento combativo o preventivo.

El afrontamiento combativo se refiere a una reacción provocada ante algún estimulo estresante. El propósito es suprimir o terminar con un estímulo estresante. En la terminología de la teoría del condicionamiento clásico, el afrontamiento combativo es aprendizaje de escape. Tiene lugar un acontecimiento aversivo e intentamos huir de él. Esto hace que dicha estrategia suene como una forma inferior de afrontamiento, pero, en algunos casos, no tenemos elección (Fernández Abascal, 1997).

Por otro lado, el afrontamiento preventivo es proactivo. Intenta activamente evitar que aparezca los estímulos estresantes. Utilizando términos del condicionamiento clásico, este tipo de estrategia es aprendizaje de evitación. Aprendemos a anticipar el comienzo de un estímulo aversivo y damos respuestas por adelantado para evitar que aparezca el suceso aversivo (Fernández Abascal, 1997).

2.7.3. Estilos de afrontamiento.

Los estilos de afrontamiento son predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y son los responsables de las preferencias individuales en el uso de unos u otros tipos de estrategias de afrontamiento, así como su estabilidad temporal o situacional (Fernández-Abascal, 1997).

Seria las formas habituales o estereotipadas de enfrentarse a una crisis. Existen distintas clasificaciones de estilos de afrontamiento, como, por ejemplo, el modelo del represor/sensibilizador de Byrne (1964); el modelo de los estilos cognitivos monitoring y bluntig de Miller (1987); el modelo de Kohlman (1993) y el estilo proactivo descrito por Adams, Hayes y Hopson (1998)

A continuación, se describirán brevemente cada uno de ellos:

- Modelo del represor-estabilizador:
  El represor tiende a la negación y evitación, mientras que el sensibilizador es más vigilante y expansivo.
- Los represores experimentarían baja ansiedad ante situaciones de estrés, pero emiten altas respuestas fisiológicas. Los sensibilizadores tienden a una mayor ansiedad y reacciones fisiológicas. Los primeros niegan psicológicamente la ansiedad y los segundos la incrementan.
- Modelo de estilos cognitivos.
  Se trata del modelo de estilos cognitivos monitoring y blunting de Miller (1987). Monitoring indica el grado con que un individuo esta alerta y sensibilizado con respeto a la información relacionado con la amenaza.
  Blunting indica el grado con que un individuo evita o transforma cognitivamente la información.
- Estilo reactivo o proactivo.
  Este modelo fue descrito por Adams, Hayes y Hopson (1998). Una persona proactiva es aquella que actúa pronto para evitar que se desarrolle el estrés, en tanto que una reactiva se preocupa poco de los esfuerzos preventivos y reacciona solo de forma instintiva cuando aparece el estrés.

Estilo atribucional: algunas personas hacen atribuciones externas cuando algo funciona mal; culpan a alguien o algo, pero no a si mismo. Por el contrario, las personas que hacen atribuciones internas solo se generan a ellos mismos más estrés.

2.8. Acercamiento al estilo de afrontamiento.

La mayoría de los investigadores han usado uno de los principales acercamientos, para clasificar el estilo de afrontamiento. El primer acercamiento enfatiza el focus de la estrategia de afrontamiento: la orientación personal y actividad, en repuesta a un estresor. Un individuo puede acercarse al problema y hacer esfuerzos activos para resolverlos o tratar el problema el problema y enfocar solamente en tratar de manejar las emociones asociadas con él. Un acercamiento alternativo enfatiza el método del estilo de afrontamiento que la gente utiliza, esto es, si la respuesta tiene en cuenta, predominantemente esfuerzos cognitivos o conductuales (Moors & Schaefer, 1993).

Se han integrado estos dos acercamientos para desarrollar una conceptualización más integrada del estilo de afrontamiento. Se ha considerado una orientación individual, hacia el estresor, y se han separado las estrategias de afrontamiento en dominios de acercamiento y de evitación. Y cada uno de estos dominios está separado en dos categorías que reflejan estrategias de afrontamiento conductuales y cognitivas.

Se han establecido cuatro categorías básicas del proceso de coping:

- Acercamiento cognitivo.
- Acercamiento conductual.
- Evitación cognitiva.
- Evitación conductual (Moos, 1993).

Cada una de esas estrategias se divide en ocho subtipos asociados:

- Estimación cognitiva: Análisis lógico (“¿Pensaste de diferentes maneras para lidiar con el problema?).

- Re-estimacion positiva (¿Pensaste que vos te podés manejar mejor que otras personas con los mismos problemas?).
- Estimación conductual: Buscar apoyo y guía (¿Hablaste con algún amigo acerca del problema?).
- Tomar acción, en la solución del problema (¿Hiciste un plan de acción y lo seguiste?).
- Evitación cognitiva (¿Trataste de olvidar el problema?).
- Aceptación resignada (¿Perdiste esperanzas de que las cosas alguna vez podrían ser como antes?).
- Evitación conductual: Búsqueda de alternativas compensatorias (¿Te involucraste en nuevas actividades?).
- Descarga emocional (¿Gritaste o insultaste para dejar que saliera tu presión?).

En general, la gente que confía más en una estrategia de afrontamiento tiende a adaptarse mejor a los estresores de la vida, y experimenta menos síntomas psicológicos. Abordar estrategias de afrontamiento, como la resolución de problemas y búsqueda de información, puede moderar la potencial influencia adversa, tanto de cambios negativos en la vida y resistencia al papel de los estresores en el funcionamiento psicológico (Billings & Moos, 1981; Pearlin & Scooler, 1978).

Lazarus y Folkman, en el año 1988 discriminaron las Dimensiones del Afrontamiento al estructurar uno de los procedimientos de medición más empleado: el "Cuestionario de las Formas de Afrontamiento" ("Ways of Coping Questionnaire: WCQ").

Estas dimensiones son: Confrontación (o Enfrentamiento); Distanciamiento, Autocontrol, Búsqueda de apoyo Social, Aceptación de la Responsabilidad, Escape de Solución del Problema y Reevaluación positiva.

Cada dimensión implica:

- Enfrentamiento: acciones dirigidas hacia la situación, expresar ira hacia la persona causante del problema, etc.

- Distanciamiento: tratar de olvidarse del problema, comportarse como si nada hubiera ocurrido, etc.
- Autocontrol: guardar los problemas para uno mismo, procurar no precipitarse.
- Búsqueda de apoyo social: pedir consejo o ayuda a un amigo, contar a un familiar el problema, etc.
- Aceptación de la responsabilidad: disculparse, criticarse a si mismo, reconocerse causante del problema, etc.
- Escape de la situación: evitar el contacto con la gente, tomar alcohol o drogas.
- Planificación de solución del problema; establecer un plan de acción y seguirlo.
- Reevaluacion positiva: sacar un aprendizaje de la situación, madurar como persona, etc.

2.9. Estrategias de afrontamiento y resistencia al estrés.

Las estrategias de afrontamiento son centrales en la resistencia al estrés (Holahan & Moos, 1994).

La flexibilidad en el enfrentamiento de la adversidad involucra un interjuego dinámico entre los recursos individuales y sociales en los esfuerzos de las estrategias de afrontamiento (Coyne & Downey, 1991; Kessler et al, 1995).

Los recursos individuales y sociales están ligados al mantenerse saludable en gran parte significativa, bajo desafíos adaptativos, porque estimulan más estrategias de afrontamiento adaptativas.

Lazarus & Folkman (1984), definiendo recursos como los que un individuo "esquematiza en función de afrontar" argumenta que estos recursos "preceden e influencian las estrategias de afrontamiento".

Thoits (1986) mira al soporte social como una clase de asistencia en el afrontamiento y Bolger (1990) propone el "afrontamiento, como la personalidad actuando bajo estrés".

La autoeficacia percibida promueve esfuerzos más vigorosos y persistentes para manejar nuevas habilidades. Personas con niveles más altos de autoeficacia tienden a acercarse a situaciones de desafío, con un estilo persistente y activo, mientras que aquellos con bajos niveles de autoeficacia son menos activos o tienden a evitar aquellas situaciones (Bandura, 1982, 1989). Los optimistas tienden a usar estrategias de afrontamiento focalizadas en el problema. Mientras que los pesimistas prefieren estrategias basadas en la emoción como negación y fatalismo (Carver et al., 1989; Taylor et al., 1992).

Las estrategias de afrontamiento evitativas, como la negación y la retirada, generalmente están asociadas con angustia psicológica. Menaghan (1982) explica que los esfuerzos por manejar sentimientos displacenteros mediante la resignación y la retirada podrían incrementar la angustia y ampliar futuros problemas. El uso de las estrategias de afrontamiento evitativas, como un pensamiento fantástico y la autoculpa en el manejo con eventos negativos de la vida, predijo subsecuentes problemas psicológicos entre gente adulta (Smith, Patterson, & Grant, 1990).

Así también, una alta proporción de estrategias de afrontamiento enfocado en el problema, en relación con los esfuerzos de afrontamiento totales, ha sido asociado con la reducción de la depresión (Mitchell, Cronkite & Moos, 1983). Estrategias similares de afrontamiento activo, incluyendo la negociación y comparaciones optimistas han sido relacionados a reducción de angustia y menores problemas futuros de roles (Menaghan, 1982).

2.10 Afrontamiento y calidad de vida

El afrontamiento forma parte de los recursos psicológicos de cualquier individuo, y es una de las variables personales declaradas como intervinientes o participantes en los niveles de calidad de vida percibida, a la cual se atribuye un gran valor e importancia en las investigaciones sobre la calidad de vida y el bienestar psicológico. Además, el afrontamiento no sólo se analiza ante situaciones que desbordan los recursos personales, sino que funciona también ante situaciones que se salen de la rutina y exigen tomar alguna decisión y, por lo tanto, requieren de algún esfuerzo. Tomar decisiones está presente en

nuestra vida cotidiana con cierta frecuencia y esta condición se hace más patente cuando las condiciones y circunstancias de vida son muy complejas y difíciles, tales como las que vive nuestro país en los momentos actuales, sobre todo a la hora de hacer viable nuestro proyecto de vida y hacer posible el alcance de nuestras metas y aspiraciones individuales (López, 1999).

No obstante, Lazarus y Folkman (1986) plantean que afrontar no es equivalente a tener éxito y piensan que tanto el afrontamiento como las defensas deben verse como algo que pueden funcionar bien o mal en determinadas personas, contextos u ocasiones. El afrontamiento eficaz incluirá todo aquello que permita al individuo tolerar, puede minimizar, aceptar, o incluso ignorar aquello que no puede dominar. Varios investigadores relacionan el afrontamiento y la calidad de vida entre ellos, Lazarus (1984, 1986, 1993), Moos (1982), A. Font (1990), por citar algunos ejemplos. Al respecto se plantea que determinadas estrategias ayudan a experimentar una mejor calidad de vida o son las más adecuadas para determinadas situaciones; postulo apoyado por algunas investigaciones (A. Font, 1990; E. Fernández, 1996).

Sin embargo, esto no ha sido comprobado categóricamente, planteándose que existen interrelaciones entre los afrontamientos, de manera tal que uno puede facilitar e incidir sobre el otro y hasta ser utilizados conjuntamente, por lo que ambos se consideran efectivos al incrementar el resultado adaptativo (Lazarus y Folkman (1993).

Se acepta, a partir de estas valoraciones, que el afrontar, en sí mismo, es indicativo de un cierto nivel de adaptación, independientemente de los resultados que se deriven de la actuación. Por ello, el concepto de adaptación se convierte en una clave primordial para entender la calidad de vida, convirtiéndose en el vínculo de unión entre aquél y el proceso de afrontamiento (Rodríguez Marín; Pastor López-Roig, 1993).

El afrontamiento está enlazado con la clase de emoción que el sujeto experimenta en un determinado contexto, y ella dependerá de los valores, las metas y las creencias con las que los individuos se hallan comprometidos. Las emociones también guardan, lógicamente, estrecha relación con la expresión y la determinación de la calidad de vida. Los aspectos dolorosos de la vida no pueden ser negados, sin embargo, los individuos generalmente

emergen de las crisis con nuevas habilidades de afrontamiento, mayor cercanía en las relaciones familiares, y una apreciación más rica sobre la vida (López, 1999).

2.11 Efectividad del afrontamiento

Las distintas descripciones del afrontamiento implican la noción de efectividad: "la importancia, primaria de la evaluación y proceso de afrontamiento es si estos repercuten en resultados adaptativos" (Lazarus & Folkman, 1994, en Zeidner M. y Saklofske D, 1996).

Lazarus plantea que para evaluar la efectividad del afrontamiento es necesario un criterio válido y apropiado sobre el buen o insuficiente ajuste. Según este autor, en su forma ideal, el afrontamiento adaptativo debería llevar a la resolución permanente del problema sin conflictos adicionales o consecuencias residuales mientras se mantiene un estado emocional positivo (Pearlin & Schooler, 1978; en Zeidner, M. y Saklofske, D, 1996)

Los criterios para determinar la efectividad del afrontamiento son:

Resolución del conflicto o situación estresante. El afrontamiento de un problema debería ser instrumental en el alivio o remoción de la situación estresante. Reducción de las reacciones fisiológicas y bioquímicas. Los esfuerzos de afrontamiento son juzgados como exitosos si reducen la activación (arousal) y sus indicadores (por ejemplo: índices cardíacos, presión sanguínea, respiración y conductividad de la piel). Reducción de la angustia psicológica. El afrontamiento adaptativo generalmente involucra el éxito en el control de la angustia emocional y el mantenimiento d la ansiedad dentro de limites manejables. Funcionamiento social normativo: el afrontamiento adaptativo tiene implícitos patrones de funcionamiento social normativo que reflejan evaluaciones realistas de los eventos. La desviación de la conducta de las normas socialmente aceptables es tomada como un signo de afrontamiento desadaptativo. Regreso a actividades previas al estrés. Las personas deben quedar posibilitadas a reanudar sus actividades rutinarias, de esa manera, el afrontamiento puede ser juzgado como efectivo. Bienestar del sujeto y de los otros afectados por la situación. Este criterio a abajo incluye esposas, chicos, parientes, compañeros del trabajo, etc. Mantenimiento de una autoestima positiva. La autoestima

negativa es comúnmente vista como un indicador de un pobre ajuste. Efectividad percibida. Esto involucra lo que el participante diga sobre si una estrategia le fue útil de alguna forma (Zaidner, M. y Saklofske, D., 1996).

En general, no hay criterios universales para evaluar la efectividad del afrontamiento, ya que estos varían de acuerdo con el contexto, al medio sociocultural, al método de investigación, etc. Por lo tanto, el afrontamiento debe ser estudiado en el contexto que tiene lugar el problema, teniendo en cuenta también los valores, las creencias que entran en juego al momento de evaluar la efectividad de sus estrategias de afrontamiento. Lazarus y Folkman (1986) coinciden en que las definiciones de afrontamiento deben incluir los esfuerzos necesarios para manejar las demandas estresantes, independientemente del resultado. Esto significa que ninguna estrategia se considera inherentemente mejor que la otra. La calidad de una estrategia viene determinada solamente por sus efectos en una situación determinada y por sus efectos a largo plazo.

CAPITULO 3

AUTOCONTROL

3.1 Generalidades

El autocontrol como entrenamiento psicológico nace de la evaluación de las técnicas operantes, basadas en la modificación de las conductas a través del control externo de las contingencias. Surge de la inquietante de los investigadores al preguntarse: "¿Por qué no hacer que los propios sujetos se registren y administren los refuerzos aversivos de su conducta?". Los investigadores conductuales se preguntaron en qué medida el control de la economía de fichas de la clase se podía dejar en manos de los propios alumnos (Goleman, 1995).

Trabajos como el de Glynn y Thomas (1974) mostraron una mejor conducta social y académica como resultado de reforzamiento contingente autoasignado.

Deci, (1972); Steiner, (1970) encontraron indicios de amenaza percibida de la libertad y de la disminución de motivación intrínseca en los programas de manejo de contingencias exteriormente controladas.

La utilización de técnicas de autorregulación y de autocontrol ofrecen soluciones a este problema de falta de motivación en el desarrollo del programa, permitiendo a la persona un mayor control sobre su propia conducta. Además, el modelo de autorregulación permite el logro de una mayor autoconciencia de las conductas observables como pensamientos y sentimientos, entrenándose en la autovigilancia (Kazdin, 1974).

Estas técnicas ofrecen soluciones a este problema de falta de motivación en el desarrollo del programa, permitiendo a la persona un mayor control sobre su propia conducta.

Los aspectos cognitivos de la técnica de autocontrol, concluyendo que los sujetos lo que modifican son sus cogniciones internas de conducta, por lo tanto, se comprueba que el autocontrol es un problema de percepción y organización de la información que produce la propia conducta del individuo, donde se pasa de un control externo a un control interno de la conducta (Labrador, 1987).

Según Skinner (1953), la persona que controla su propia conducta se encuentra en una situación privilegiada porque tiene acceso a sus propios estímulos privados, este control se

realiza igual que el de las conductas externas ajenas, mediante manipulación de contingencias y de los antecedentes de que se envuelven la conducta. Cuando el sujeto se hace protagonista del proceso de modificación de conducta, este se hace más eficaz, más estable y rápido (Oña, 1994).

3.2. Definiciones.

3.2.1 Skinner.

El autocontrol, según Skinner (1953), se definió desde aquellas épocas en términos de respuestas; la respuesta controladora afecta las variables modificando la probabilidad de la respuesta controladora. La respuesta controladora puede manipular cualquiera de las variables de las cuales la respuesta controladora es una función. De esta forma, el autocontrol involucra al menos dos tipos de respuestas:

- La respuesta que se controlará (comer, fumar, ahorrar, etc.)
- Las respuestas emitidas por el propio sujeto para controla la tasa de la conducta meta (por ejemplo, la automonitoreo)

3.2.2. Real Academia Española.

Autocontrol es un término que ha sido aceptado en forma reciente por la Real Academia Española (RAE). Se trata de un concepto que hace referencia al control de los propios impulsos y reacciones, y que supone una serie de técnicas de relajación.

El autocontrol podría definirse como la capacidad consciente de regular los impulsos de manera voluntaria, con el objetivo de alcanzar un mayor equilibrio personal y relacional. Una persona con autocontrol puede manejar sus emociones y regular su comportamiento.

3.2.3 Goleman

“Cualquiera puede ponerse furioso…eso es fácil. Pero estar furioso con la persona correcta, en la intensidad correcta, en el momento correcto, por el motivo correcto, y de la forma correcta…eso no es fácil” (Aristóteles, citado en Goleman 1995).

El autocontrol emocional es la capacidad que nos permite controlar a nosotros mismos nuestras emociones y no que estas nos controlen a nosotros, sacándonos la posibilidad de elegir lo que queremos sentir en cada momento de nuestra vida.

Goleman en el libro “La inteligencia emocional” dice que cada uno de nosotros es actor y hacedor de su propia vida ya que de las pequeñas y grandes elecciones depende nuestra existencia, tenemos la capacidad de elegir lo que queremos sentir en cada momento, pero ¿las elecciones son tan sencillas como parecen?, ¿tenemos la capacidad de darnos cuenta de los que debemos elegir?

Mas complejo aun, ¿podemos controlarnos, eligiendo en cada momento nuestros actos, pensamientos y emociones?

Quizá la respuesta a estas preguntas parezca sencilla, pero en la práctica dista mucho de serlo.

Como respuesta cita al “autocontrol”, palabra que, si bien está en boca de todos, muy pocos comprenden realmente su profundidad y su práctica.

Esta capacidad de controlar o regular la propia conducta, está dentro de un conjunto de capacidades para soportar problemas y adversidades, el nombre de dicho conjunto se denomina “fortalezas”. Estas herramientas ayudan al hombre a ser una mejor persona y además a lograr una mayor felicidad.

El autocontrol es una herramienta que nos permite no dejarnos llevar por los sentimientos del momento, es saber que es pasajero en una crisis y que es lo que perdura, sin el estaríamos continuamente actuando irresponsable y luego pidiendo perdón por ello. Goleman sigue con sus cuestionamientos, ¿Tendremos todos los seres humanos esta capacidad?, ciertamente que no, y esto se puede evidenciar tan solo poniendo atención en las relaciones de los demás (Goleman, 1995).

Desde pequeños nos controlan, haz esto, no hagas aquello, etc. Pero esos son controles y regulaciones externas, si bien es cierto que vamos internalizando ciertas reglas, hay veces que se nos escapan de las manos y no sabemos cómo actuar, no podemos andar por la vida haciendo o dejando de hacer cosas solo porque nuestros padres nos las enseñaron, debemos preocuparnos de quienes somos, que queremos, que esperamos de nosotros mismos, y en base a ello actuar

Pero, como siempre existe uno y esta no es la excepción, también y al mismo tiempo debemos preocuparnos de los demás, de no perjudicarlos con nuestras elecciones, de hacer valer lo que yo quiero siempre y cuando no dañe al otro, no dañar lo que él quiere.

Un aspecto importante del autocontrol es saber controlar las emociones y que estas no nos controlen a nosotros, ¿Quién es tan "maduro emocionalmente" como para saber en qué momento reír o en cual llorar?, por ejemplo. Eso se siente, pero no siempre lo expresamos en el momento que lo sentimos, la interrogante es en qué momento dar rienda a la emoción y en qué grado.

El interior del ser humano no es algo sencillo, cada persona es distinta, lo que tienen unos no lo tienen otros, o es una menor medida, y en la inversa.

Lo importante y lo valioso es que cada persona puede conocerse a sí misma y así reconocer cuáles son sus fortalezas y cuáles son sus carencias, y en base a las carencias trabajar, para así ser una mejor persona y ser más feliz; y también hacer más felices a los demás.

Por otra parte, el autocontrol necesita del dialogo sereno, para evitar que la confrontación derive en situaciones de violencia emocional o hasta física. La paciencia resulta una virtud clave a la hora de autocontrolarse. Los psicólogos enseñan a que una persona sepa perdonarse a sí misma por sus fallos y equivocaciones, lo que contribuye a su equilibrio interior y la prepara para aceptar las debilidades y errores de los demás.

Por último, cabe destacar que el principal enemigo del autocontrol son las ideas irracionales, que ocasionan una falta de autoevaluación, inseguridad, dependencia psicológica y la necesidad de aprobación, por ejemplo. Estas ideas incluso pueden ocasionar depresión.

3.3. Técnicas de autocontrol emocional

Este método de autoconocimiento no es nuevo en psicología. Desde el siglo XIX, la Escuela Estructuralista ya utilizaba la introspección como procedimiento el cual podíamos ser capaces de atender conscientemente nuestros pensamientos, sentimientos, emociones, es decir, conductas que no se ven externamente y que no podemos delegar a un observador "externo".

3.3.1 Musicoterapia:

"La música es, por excelencia, el lenguaje de la afectividad, de lo que no puede ser expresado con palabras. Por ello, la Psicoterapia Moderna la considera capaz de influir sobre las emociones hermanas con más intensidad y rapidez que el resto de las Bellas Artes". (Doctora Poch, fundadora de la Asociación Española de Musicoterapia.)

"La Musicoterapia es una técnica terapéutica que utiliza la música en todas sus formas, con participación activa o receptiva por parte del paciente. Constituye por sí misma una profesión paramédica con identidad propia y supone, para su eficacia, que el musicoterapeuta trabaje en contacto con el Psiquiatra". (Congreso Mundial de Musicoterapia, Paris, 1974.)

3.3.2 La risoterapia o terapia del humor

La risoterapia o la terapia del humor, ofrece múltiples beneficios físicos y psicológicos al organismo. Según el psiquiatra estadounidense William Fry, cinco minutos de risa equivalen a cuarenta y cinco minutos de ejercicio ligero. Podemos entonces pensar que reírse a carcajadas es fuente de salud: ayuda a la circulación de la sangre, da masaje vibratorio a todo el cuerpo, aleja temores, aumenta la capacidad pulmonar, elimina toxinas, potencia el sistema inmunológico…

3.3.2.1 Bases psicológicas de la risa.

La risoterapia es una técnica psicológica moderna que considera la risa como una herramienta terapéutica. Para José Elías, uno de sus impulsores en España, "la risa es la más positiva de las emociones porque conjuga el éxito y el placer".

3.3.2.2 Bases sociales de la risa.

Los chistes nos hacen reír cuando nos liberan de la aterradora seriedad de la mente. Son cuatro las explicaciones más conocidas de por qué nos reímos. En primer lugar, está la teoría de la superioridad de Thomas Hobbes, quien sostuvo que la risa es el resultado directo de la percepción de que otra persona es inferior a uno mismo. Por ejemplo, un amigo se choca con una farola, un músico falla una nota o un actor cómico hace el papel de tonto o incompetente.

La segunda explicación sería la de los teóricos Kant y Schopehauer sobre la incongruidad. La risa se dispara cuando el sujeto percibe dos elementos contrarios o incompatibles que por algún motivo aparecen unidos, como en el típico chiste de doble sentido o los contrastes de lo absurdo.

Una tercera explicación es la catarsis, sostenida por Herbert Spencer y Sigmund Freíd entre otros. La risa libera alguna tensión o sentimiento acumulado, como parece con los chistes "verdes" o agresivos, con la risa nerviosa y con las jocosas peleas y persecuciones de los niños.

Finalmente, la teoría del play, defendida durante los últimos años por Michael Mulkay, que considera que cualquier cosa puede volverse graciosa con sólo tomársela a broma, como algo no serio.

SEGUNDA PARTE

MARCO METODOLOGICO

CAPÍTULO 4

METODOLOGÍA

4. Objetivos.

4.1. General

Indagar si se verifica la asociación entre el estilo de afrontamiento y el autocontrol en el personal del Servicio Penitenciario Federal.

4.2. Objetivos específicos.

A-Caracterizar a la muestra, según variables sociodemográficas: genero, edad, nivel educativo, si tiene o no hijos, si se encuentra en contacto con personas privadas de su libertad, su función dentro de la Fuerza, remuneración mensual que percibe por su trabajo, antigüedad como integrante del Servicio Penitenciario Federal.

B-Indagar si existen diferencias estadísticamente significativas en los estilos de afrontamiento según variables laborales como: antigüedad, función, si está o no en contacto con personas privadas de su libertad y remuneración en los trabajadores del SPF.

C-Indagar si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según variables laborales como: antigüedad, función, si está o no en contacto con personas privadas de su libertad y remuneración en los trabajadores del SPF.

D-Indagar si existen diferencias estadísticamente significativas en los estilos de afrontamiento según variables sociodemográficas tales como: género, edad, hijos, nivel educativo en los trabajadores del SPF.

E-Indagar si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según variables sociodemográficas tales como: género, edad, hijos, nivel educativo en los trabajadores del SPF.

4.3. Hipótesis.

A medida que aumenta el afrontamiento, mayor nivel de autocontrol y viceversa.

4.4. Justificación y relevancia.

La relevancia teórica del presente estudio consiste en ampliar el conocimiento sobre los estilos de afrontamiento y el autocontrol en el personal que se encuentra en contacto con personas privadas de su libertad y el personal que no.

Utilizar como muestra a integrantes del Servicio Penitenciario Federal, permitirá ampliar los conocimientos respecto a la teoría sobre el estilo de afrontamiento y el autocontrol en trabajadores de una fuerza de seguridad.

4.5. Tipo de estudio o diseño

Se realizó un plan de investigación cuantitativo. Utilizando el tipo de estudio denominado ex post-facto, el cual permite una búsqueda sistemática y empírica no teniendo el investigador control sobre las variables independientes pues los acontecimientos ya se manifestaron o son intrínsecamente manipulables. Es decir, son investigaciones donde el fenómeno o situación objeto de análisis no se modifica pues primero se produjo el hecho y después se analizan las posibles causas y consecuencias (Carrasco & Caldero Hernández, 2000 citado por Cancela Gordillo, Cea Mayo, Galindo Lara & Valilla Gigante, 2010).

A partir de la clasificación de los estudios ex post facto (Cancela Gordillo, Cea Mayo, Galindo Lara & Valilla Gigante, 2010) se realizan cuatro niveles de análisis: 1- Estudios descriptivos, 2- Estudios de desarrollo, 3- Estudios comparativo-causales y, 4- Estudios correlacionales. Estos son explicitados a continuación:

1- Estudios descriptivos:

Los análisis estadísticos en el estudio descriptivo permitirán, por un lado, percibir la muestra (medidas de tendencia central: media; medidas de dispersión: desvió estándar; y frecuencia: porcentaje) a través de las preguntas sociodemográficas y, por el otro, describir los ítems y dimensión de la escala a través de la medida de tendencia central (media) y la medida de dispersión (desvió estándar).

2- Estudios de desarrollo:

Los estudios transversales no realizan el seguimiento de los mismos sujetos a través del tiempo, sino que estiman la magnitud y distribución en el aquí y ahora.

3- Estudios comparativo-causales:

Los análisis estadísticos en los estudios comparativo-causales implican, fundamentalmente, comparar grupos, generalmente las medias (estadísticos para pruebas paramétricas: t de Student para comparar dos grupos y ANOVA de un factor para tres o más grupos); es decir, diferenciar la media, y el desvío estándar, de la/s dimensión/es de la/s escala/s según las variables sociodemográficas.

4- Estudios correlacionales:

Los estudios correlacionales comprenden aquellos estudios interesados en evaluar las relaciones existentes entre las dimensiones de diferentes escalas, utilizando los coeficientes de correlación.

Estos coeficientes son indicadores matemáticos que brindan información sobre el grado, intensidad y dirección de la vinculación entre variables. El coeficiente de Pearson o producto-momento es el más conocido. Es un coeficiente bivariado diseñado para relacionar dos variables y fluctúa entre los valores -1 a +1. Así cuando dos variables covarían en la misma dirección existirá una vinculación denominada positiva y quedará reflejada en el coeficiente con valores entre 0 y 1, cuanto más cerca de 1 más intensa será la asociación entre las variables. Inversamente, cuando el coeficiente es cercano a cero señalaría la ausencia de vinculación entre las variables; y, si el coeficiente es de signo negativo indicaría la existencia de una vinculación intensa entre las variables de direccionalidad opuesta.

Existen otros índices para el establecimiento de correlaciones bivariadas y dependerá, la utilización de uno u otro, de la naturaleza de las variables.

4.6. Caracterización de la muestra

Variables sociodemográficas

La muestra estuvo compuesta por 200 trabajadores del servicio penitenciarios. El 53% (n=106) eran mujeres y el 47% (n=94) varones. La media de edad es de 33,27 (DE:6,92-Min:23 y Max:48). En estado civil el 33% (n=66) eran solteros, el 53,5% (n=107) estaban en pareja/casado, el 10,5% (n=21) eran separados/divorciados y el 3% (n=6) eran viudos. Para la zona de residencia actual el 35% (n=70) vive en CABA, el 41,5 (n=83) vive en el Gran Buenos Aires (conurbano) y el 23,5 (n=47) vive en el interior del país. En la variable hijos, el 49% (n=98) si tienen hijos y el 51% (n=102) no tienen hijos. El nivel educativo arrojo que el 47,5% (n=95) tiene el secundario completo y el 52,5% (n= 105) más que el secundario completo.

Variables laborales

En cuanto a la función que cumplen actualmente el 7,5% (n=15) es personal superior (oficial) con función de seguridad interna/externa, el 39% (n=78) es personal subalterno (suboficial) con función de seguridad interna/externa, el 30,5% (n=61) es personal subalterno profesional y el 23% (n=46) es personal subalterno administrativo. La remuneración el 63% (n=126) cobra hasta $ 60.000 y el 37% (n=74) más de $ 60.000. Si están o no en contacto con personas privadas de su libertad el 50% (n=100) dijo si y el 50% (n=100) no.. Los años de antigüedad en la institución, el 47% (n=94) tenía hasta 9 años y el 53% (n=106) más de 10 años de antigüedad.

4.7. Técnicas e instrumentos para la recolección de datos.

Instrumentos

Los instrumentos metodológicos de la investigación están definidos conceptualmente como cuestionarios. En la modalidad de cuestionario, la totalidad de las preguntas están determinadas. Además, con el objeto de facilitar la codificación posterior, en la mayoría de los casos, la respuesta a cada pregunta solo puede ser alguna de las fijadas en el texto. La finalidad de dichos instrumentos es obtener de manera sistemática y ordenada, información de la población pertinente a la investigación.

Estos son:

4.7.1. Cuestionario Autocontrol de Rosenbaum (Self Control Schedule, 1980):

Evalúa la "competencia aprendida" o habilidades para controlar los efectos que intervienen en los eventos internos (tales como emociones y dolor o pensamientos no deseados) que afectan a la ejecución de la conducta. Es una medida de autoreporte, que consta de 36 ítems que están codificados en una escala tipo Likert, con 6 niveles de rango (de +3 a -3), respecto a los cuales el sujeto debe indicar el grado en que le describen o caracterizan.

Traducido y adaptado por Capafóns y Barreto (1989). Capafóns (1986) revisa los estudios de fiabilidad y validez del cuestionario y encuentra que se han realizado dos, uno por el propio Rosenbaum (1980), que obtiene un coeficiente de fiabilidad de 0.86 por el método test-retest, y otro por Saéz et al. (1987) en el que el coeficiente de fiabilidad alcanza un valor de 0.82, también con el método mencionado en el primer estudio. Entre los resultados de validez encontrados, dicho autor destaca una correlación negativa de -0.40 con el Cuestionario de Locus de Control de Rotter (1966), de -0.55 con la Escala de Ansiedad de Rasgo (STAI) de Spielberger et al. (1970) y de -0.56 con la Escala de Ansiedad Manifiesta (MAS) de Taylor (1953). Capafóns (1986) señala que este cuestionario es el único instrumento que evalúa los recursos psicológicos eficaces para manejar situaciones aversivas, desde la perspectiva del autocontrol. Además, se muestra como un buen predictor de éxito terapéutico (reducción de peso) y podría ser útil para establecer criterios de selección de terapias.

4.7.1.1. Propósito.

Rosenbaum, en 1980, sugirió que los individuos pueden diferir en la medida en que ellos han adquirido un repertorio efectivo de conductas de autocontrol.

Mas recientemente, Rosenbaum ha introducido el término “Recursismo Aprendido”, para describir un repertorio adquirido de conductas y habilidades, mayormente cognitivas, por las cuales una persona autorregula las respuestas internas, tales como emociones, cogniciones, o dolor, que interfieren con la ejecución de la conducta deseada.

Este Inventario está dirigido a evaluar las diferencias individuales en recursismo aprendido.

El objetivo de este cuestionario es evaluar Conductas de Autocontrol. En particular está dirigido a la evaluación de 4 dimensiones:

-El uso de cogniciones psicofisiológicas relacionadas con el autocontrol emocional y las respuestas.

-La aplicación de procedimientos de resolución de problemas a las dificultades de la vida cotidiana.

-Las habilidades para demorar el esfuerzo.

-Las percepciones de autoeficacia.

4.7.1.2. Desarrollo.

La clase especifica de conducta autocontrolante que son evaluadas por el inventario, fueron derivadas de distintas terapias de habilidades de afrontamiento propuestas por los terapeutas cognitivos conductuales.

La terapia de habilidad de afrontamiento se caracteriza por su énfasis en la estrategia de afrontamiento en general.

Las conductas de autocontrol fueron categorizadas de las siguientes formas:

a) El uso de las cogniciones y auto instrucciones para manejarse con respuestas fisiológicas y emocionales.
b) Aplicación de estrategias de solución de problemas.
c) Capacidad para postergar la gratificación inmediata.
d) Creencias generales de la propia capacidad para autorregular eventos internos.

4.7.1.3. Justificación.

Los ítems para la escala fueron generados de la siguiente forma:

Hay numerosas situaciones en las cuales la respuesta autocontroladora podría probablemente ocurrir. 30 ítems fueron escritos, en los cuales una referencia directa fue hecha a experiencias fisiológicas o emocionales displacenteras, tales como ansiedad, bajo humos, aburrimiento, fastidio, dolor y hambre. 20 ítems adicionales fueron descriptos que

refieren a tareas en las que se requiere autocontrol, tales como romper un habito indeseable, llevar a cabo tareas aburridas pero necesarias y manejar fondos limitados.

Las situaciones fueron descriptas en términos generales, para que pueda ser aplicado a un amplio rango de personas. 10 ítems fueron descriptos para representar una creencia general de la propia capacidad para autocontrolarse. Con la excepción de los últimos ítems, cada ítem considera una descripción de una respuesta autocontroladora en una situación específica.

La lista preliminar de 60 ítems fue manejada por dos psicólogos conductuales orientados con experiencia clínica, que coincidieron con el concepto de autocontrol dado por el autor. Se les requirió que evalúen cada ítem basándose en los siguientes criterios:

a) ¿Es el ítem comprensible?
b) ¿El ítem describe una situación que podría ser experimentada por un amplio rango de gente?
c) ¿El ítem refleja un uso efectivo de las respuestas de autocontrol?

4.7.1.4. Características psicométricas

Las características psicométricas del Inventario fueron muy discutidas por Rosenbaum y Young en el 1983. A partir de un estudio, donde se utilizó una muestra de personas israelí, se llegó a la conclusión que el puntaje promedio es de 23 a 27.

Existe una sutil tendencia en las mujeres a obtener puntajes un poco más altos que los hombres por lo que este puntaje se ajusta a 29 para mujeres, y 22 para hombres.

4.7.1.5. Confiabilidad

Las dos clases de confiabilidad fueron: test-retest, y consistencia en los ítems (consistencia interna). El coeficiente de fiabilidad test-retest es de 0.86.

La consistencia interna oscila entre 0.78 y 0.84. La correlación con diversas escalas va de 0.08 a 0.54 (validez).

4.7.1.6. Uso Clínico

Este cuestionario ha sido propiamente usado con una población adulta de al menos 8 años de educación. Ha sido usado efectivamente para predecir éxito en los programas de:

a) Tratamiento para automanejo, autocontrol, y la modificación de hábitos.
b) Factibilidad para la terapia cognitiva, con problemas tales como depresión e hipertensión.
c) Cumplimiento del consejo médico (adherencia al tratamiento)
d) Vulnerabilidad a la depresión y efectos de eventos estresantes.
e) Predecir capacidad para manejar con recciones fisiológicas, tales como dolor, mareos y partos.

La escala no ha sido usada en pacientes con psicopatologías severas.

4.7.2. Inventario de Respuestas de Afrontamiento (CRI-A) para población adulta de R. Moos (1993) (Adaptación I.M.Mikulic, 1998):

Entre los diversos inventarios empleados para medir afrontamiento, considere a este como una herramienta adecuada debido a su confiabilidad, sencillez en su aplicación y tabulación.

El CRI-Adultos, es una herramienta utilizada para identificar y monitorear estrategias de afrontamiento en adultos, desarrollando mejores descripciones de los casos clínicos y ayudando en la planificación y finalización de los tratamientos.

Este inventario de autoreporte identifica respuestas cognitivas y conductuales utilizadas por el individuo para afrontar problemas y situaciones estresantes. Estas respuestas se miden mediante ocho escalas:

1) Análisis Lógico: Comprende los esfuerzos cognitivos para entender y prepararse mentalmente para enfrentar un elemento generador de estrés y sus consecuencias. Se compone de 6 ítems del tipo: "¿pensó en diferentes maneras de resolver el problema?".
2) Reevaluación Positiva: Abarca los intentos cognitivos para construir y reconstruir un problema en un sentido positivo aceptando la realidad de la situación. Por ejemplo: "¿intentó ver el lado positivo de la situación?".
3) Búsqueda de Apoyo: Consiste en los esfuerzos conductuales para buscar información, guía o apoyo. Por ejemplo: "¿habló con algún amigo sobre el problema?".
4) Solución de Problemas: Comprende los esfuerzos conductuales para actuar directamente sobre el problema. Por ejemplo: "¿decidió una forma de resolver el problema y lo aplicó?".
5) Evitación Cognitiva: Son los intentos cognitivos para evitar pensar de un modo realista acerca del problema en cuestión. La escala está compuesta de 6 ítems del tipo: "¿intentó olvidarlo todo?".
6) Aceptación – Resignación: Se refiere a los esfuerzos para reaccionar frente al problema a través de su aceptación. Por ejemplo: "¿aceptó el problema porque no se podía hacer nada para cambiarlo?"
7) Búsqueda de Recompensas Alternativas: Abarca los esfuerzos conductuales para comprometerse en actividades nuevas y crear fuentes sustitutivas de satisfacción. Por ejemplo: "¿empleó mucho tiempo en actividades de recreo?".
8) Descarga Emocional: Son los esfuerzos conductuales para reducir la tensión mediante la expresión de los sentimientos negativos. La escala está compuesta de 6 ítems como el que se cita: "¿lloró para manifestar sus sentimientos?".

A su vez, cada una de estas 8 escalas está compuesta por 6 ítems.

Las primeras cuatro escalas miden estrategias de afrontamiento de acercamiento y las últimas cuatro miden estrategias de afrontamiento de evitación, tanto cognitivas como conductuales.

En lo que respecta de la descripción de cada escala, Moos y colaboradores, intentaron desarrollarla de manera que se incrementara la claridad conceptual, minimizar la superposición entre las diferentes escalas y también para reducir la redundancia y acortar el inventario.

4.7.2.1 Aplicación

La escala puede ser administrada como autoreporte o como una entrevista estructurada.

En la primera parte de la prueba, la persona debe consignar los datos demográficos: nombre, sexo, edad, estado civil, hijos, haber mensual que percibe, años de antigüedad en el trabajo, función que cumple, lugar de residencia.

Luego se les pide que respondan diez preguntas, marcando con una cruz si su respuesta es:

-Definitivamente no.

-Principalmente no.

-Principalmente sí.

-Definitivamente sí.

En la segunda parte existen 48 preguntas, las cuales deben ser contestadas colocando un círculo en si las respuestas son:

-No, o tiende a no (N).

-Sí, una o dos veces (U)

-Sí, algunas veces (A).

-Sí, frecuentemente (F).

Cada una de las respuestas tienen un valor que va desde 0 a 3 respectivamente:

-N = 0

-U = 1

-A = 2

-F = 3

La suma d ellos valores de las respuestas 1, 9, 17, 25, 33 y 41 dan el valor del puntaje bruto de la escala de Análisis Lógico de la misma manera se realiza para las otras escalas.

Los puntajes brutos obtenidos en las escalas dan forma a los puntajes T, que dan pautas sobre los patrones de afrontamiento de los sujetos.

Este puntaje T permite luego, a través de otra tabla, clasificar a cada dimensión con percentiles, de acuerdo con 7 posibilidades.

-Considerablemente por debajo del Promedio

<= 34

-Muy por debajo del Promedio.

35-40

-Algo por debajo del Promedio.

41-45

-Dentro del Promedio.

46-54

-Algo por encima del Promedio.

55-59

-Muy por encima del Promedio.

60-65

-Considerablemente por encima del Promedio.

=66

4.7.2.2 Validez y confiabilidad

El CRI-Adultos fue desarrollado en cinco etapas a lo largo de varios años.

En un primer momento, los autores comenzaron la identificación de dominios de afrontamiento y una versión compuesta por 19 ítems basados en datos obtenidos de muestras de pacientes alcohólicos y pacientes normales.

En una segunda etapa, se construyó una versión de treinta y dos ítems del inventario basado en datos obtenidos con muestras de pacientes depresivos y pacientes normales como grupo control.

Luego se extendieron los ítems por medio de su combinación para cubrir dimensiones adicionales de afrontamiento.

En una cuarte etapa se hizo una prueba de campo y una revisión del inventario basado en datos obtenidos de pacientes alcohólicos, pacientes depresivos, pacientes con artritis y pacientes sanos.

Y, por último, se hizo una prueba de campo y una revisión final basado en los datos obtenidos de 1800 adultos que participaron en un estudio sobre problemas de bebida y pacientes normales. Los resultados de estos datos conformaron la actual versión con 48 ítems.

Se estableció que más del 90% de los participantes de la prueba de campo final, participaron de un seguimiento a los 12 meses, donde complementaron nuevamente el CRI-Adultos. En general, los índices de afrontamiento eran moderablemente estables a lo largo del tiempo, tanto para hombres como para mujeres. La reevaluación positiva, búsqueda de ayuda y guía, evitación cognitiva y la descarga.

Cuestionario de variables sociodemográficas ad- hoc:

Preguntas sociodemográficas relativas a: genero, edad, estado civil, nivel educativo, zona de residencia, si tiene o no hijos, su función dentro del S.P.F, remuneración mensual que percibe por su trabajo, antigüedad y si está o no en contacto con personas privadas de su libertad.

El cuestionario se presenta en el anexo.

4.8 Procedimientos

Los participantes respondieron voluntariamente entre los meses de junio a noviembre del 2020, de forma anónima, un cuestionario autoadministrado por un lado enviado y recibido por correo electrónico a las direcciones de mail facilitados por el personal del S.P.F. Fueron respondidos sin límites de tiempo.

Los datos recopilados fueron procesados a través del software IBM-SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versión 20.

CAPITULO 5

RESULTADOS DEL ANALISIS

5.1 Resultados

Se calcularon los estadísticos descriptivos de los ítems de ambas escalas y se obtuvieron los valores de asimetría y curtosis para analizar la normalidad de las mismas. Dio como resultado que no se distribuyen de manera normal por lo que se utilizaran pruebas no paramétricas (George & Mallery, 2003).

Tabla 1.
Prueba de normalidad de la variable dependiente Autocontrol

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	**gl**	**Sig.**	**Estadístico**	**gl**	**Sig.**
Autocontrol	,128	200	,000	,950	200	,000

Tabla 2.
Prueba de normalidad de la variable dependiente estilos de afrontamiento

Estilos de afrontamiento dimensiones	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	**gl**	**Sig.**	**Estadístico**	**gl**	**Sig.**
Análisis Lógico	,174	200	,000	,922	200	,000
Reevaluacion Positiva	,152	200	,000	,920	200	,000
Búsqueda Apoyo	,229	200	,000	,905	200	,000
Resolución de Problemas	,188	200	,000	,878	200	,000
Evitación cognitiva	,216	200	,000	,916	200	,000
Aceptación/Resignación	,122	200	,000	,948	200	,000
Búsqueda Gratificaciones	,202	200	,000	,908	200	,000
Descarga Emocional	,213	200	,000	,910	200	,000

5.1.1 Asociación entre autocontrol y afrontamiento

Con el objetivo general de indagar si se verifican asociaciones entre el autocontrol y los estilos de afrontamientos, se realizó una prueba Rho de Spearman, que arrojó asociaciones positivas entre el autocontrol y los estilos de afrontamiento.

Tabla 3.
Asociación entre estilos de afrontamiento y autocontrol

Estilos de afrontamiento **Dimensiones**	**Autocontrol**	
Análisis Lógico	Coeficiente de correlación	,481**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200
Reevaluación Positiva	Coeficiente de correlación	,286**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200
Búsqueda Apoyo	Coeficiente de correlación	,574**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200
Resolución Problemas	Coeficiente de correlación	,373**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200
Evitación cognitiva	Coeficiente de correlación	,685**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200
Aceptación/Resignación	Coeficiente de correlación	,811**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200
Búsqueda Gratificaciones	Coeficiente de correlación	,807**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200
Descarga Emocional	Coeficiente de correlación	,716**
	Sig. (bilateral)	,000
	N	200

5.1.2Autocontrol y variables sociodemográficas

En la tabla 4, se indago si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según género, se realizó una prueba de U de Mann Whitney que arrojo que no hay diferencias estadísticamente significativas.

Tabla 4

Diferencias de rangos entre autocontrol y género

Escala	Genero	N°	Rango promedio	U de Mann Whitney	Z	Sig. asintót. (bilateral)
Autocontrol	Femenino	106	95,67	4470,000		
	Masculino	94	105,95			
	Total	200			-1,258	,209

En la siguiente tabla se indagó si existen asociaciones entre la edad y el autocontrol y arrojó que no hay asociaciones. Se realizó Rho de Spearman.

Tabla 5

Asociaciones entre la edad y el autocontrol

	Rho de Spearman	
Autocontrol	Coeficiente de correlación	-,083
	Sig. (bilateral)	,245
	N	200
Edad		

Si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según nivel educativo se realizó una prueba de U de Mann Whitney que arrojó como se puede observar en la tabla 5, diferencias a favor de los trabajadores que tienen nivel educativo superior a secundario completo ya que arrojaron promedios más elevados en el autocontrol.

Tabla 5

Diferencias de rango entre el autocontrol y el nivel educativo

	Nivel educativo	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z	Sig. asintót. (bilateral)
Autocontrol	-Hasta el secundario completo.	95	90,13	4002,500		
	-Más del secundario completo.	105	109,88			
	Total	200			-2,418	,016

En el análisis, si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según tiene hijos o no tiene, se realizó una prueba de U de Mann Whitney que arrojó diferencias a favor de los trabajadores que si tienen hijos ya que arrojaron promedios más elevados en el autocontrol.

Tabla 6

Diferencias de rango entre el autocontrol y si tiene o no hijos

	¿tiene hijos?	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z	Sig. asintót. (bilateral)
Autocontrol	-Si	98	113,94			
	-No	102	87,58			
	-Total	200			-3,231	,001

5.1.3 Autocontrol y variables laborales

Con el objetivo de Indagar si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según antigüedad laboral se realizó una prueba de U de Mann Whitney que arrojó que no hay diferencias.

Tabla 7

Diferencias de rango entre el autocontrol y antigüedad laboral

	Antigüedad	N	Rango	U de Mann-	Z	Sig. asintót.

			promedio	Whitney		(bilateral)
Autocontrol	-Hasta 10 años	94	98,28			
	-Más 10 años	106	102,47			
	-Total	200			-,512	,609

En la tabla 8, se indagó si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según si los trabajadores tienen contacto con personas privadas de su libertad o no la tienen, se realizó una prueba de U de Mann Whitney que arrojó diferencias a favor de los trabajadores que no tienen contacto ya que arrojaron promedios más elevados en el autocontrol.

Tabla 8

Diferencias de rango entre el autocontrol y tener contacto con personas privadas de su libertad.

	Contacto con personas privadas de su libertad	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z	Sig. asintót. (bilateral)
Autocontrol	-Si	100	87,86			
	-No	100	113,15			
	-Total	200			-3,100	,002

Si existen diferencias estadísticamente significativas en los niveles de autocontrol según remuneración obtenida, se realizó como se observa en la tabla 9, una prueba de U de Mann Whitney que arrojó que no hay diferencias.

Tabla 9

Diferencias de rango entre el autocontrol y remuneración obtenida

	Remuneración	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z	Sig. asintót. (bilateral)
Autocontrol	-Hasta $60.00	126	102,30			
	-Mas de $60.000	74	97,44			

	-Total	200			-,575	,565

En la tabla 10, se indagó si existen diferencias estadísticamente significativas en la función laboral y el nivel de autocontrol, se realizó una prueba de U de Mann Whitney que arrojó que no hay diferencias.

Tabla 10

Diferencias de rango entre Auto control y función laboral

	¿Cuál es su función actualmente?	***N***	**Rango promedio**	***F***	***Gl***	***Sig.***
Autocontrol	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	*15*	102,00	4,700	*3*	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	*78*	99,72			
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	*61*	90,39			
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	*46*	114,74			4,700
	Total	*200*				

5.1.4 Afrontamiento y variables sociodemográficas

Se encontraron diferencias significativas en el estilo de afrontamiento Aceptación/Resignación a favor de los hombres, pero en el resto de las dimensiones no hubo diferencias.

Tabla 11

Diferencias de rango entre estilos de afrontamiento y género

Dimensiones	**Género**	**N**	**Rango promedio**	**U de Mann-Whitney**	**Z**	**Sig**
Análisis Lógico	-Femenino	106	99,32	4857,000	-,308	
	-Masculino	94	101,83			
	-Total	200				,758
Reevaluación Positiva	-Femenino	106	103,51	4663,000	-,786	

	-Masculino	94	97,11			
	-Total	200				,432
Búsqueda de apoyo	-Femenino	106	96,94	4605,000	-,953	
	-Masculino	94	104,51			
	-Total	200				,341
Resolución de problemas	-Femenino	106	99,53	4879,000	-,254	
	-Masculino	94	101,60			
	-Total	200				,799
Evitación cognitiva	-Femenino	106	95,07	4406,000	-1,436	,151
	-Masculino	94	106,63			
	-Total	200				
Aceptación/Resignación	-Femenino	106	92,03	4084,500	-2,216	
	-Masculino	94	110,05			
	-Total	200				,027
Búsqueda de gratificaciones alternativas	-Femenino	106	95,98	4503,000	-1,182	
	-Masculino	94	105,60			
	-Total	200				,237
Descarga emocional	-Femenino	106	99,56	4882,000	-,248	
	-Masculino	94	101,56			
	-Total	200				,804

Se realizó prueba Rho de Spearman. No se verifican asociaciones entre la edad y los estilos de afrontamiento.

Tabla 12

Asociaciones entre la edad y los estilos de afrontamiento

Estilo de Afrontamiento dimensiones	**Edad**
Análisis Lógico	Coeficiente de correlación -,108 Sig. (bilateral) ,127 N 200
Reevaluación Positiva	Coeficiente de correlación ,091 Sig. (bilateral) ,201 N 200
Búsqueda de Apoyo	Coeficiente de correlación -,062

	Sig. (bilateral) ,383 N 200
Resolución de Problemas	Coeficiente de correlación -,114 Sig. (bilateral) ,107 N 200
Evitación Cognitiva	Coeficiente de correlación -,048 Sig. (bilateral) ,500 N 200
Aceptación/Resignación	Coeficiente de correlación -,102 Sig. (bilateral) ,151 N 200
Búsqueda de Gratificaciones Alternativas	Coeficiente de correlación -,015 Sig. (bilateral) ,838 N 200
Descarga Emocional	Coeficiente de correlación -,081 Sig. (bilateral) ,253 N 200

Se realizó prueba Rho de Spearman, en el cual se encontraron diferencias significativas en el estilo de afrontamiento Búsqueda de Gratificaciones Alternativas y Descarga Emocional, a favor del personal que tiene más que el secundario completo como, por ejemplo, carreras como profesorados, terciarios o de grado, en el resto de las dimensiones no hubo diferencias.

Tabla 13

Diferencias de rango entre estilos de afrontamiento y nivel educativo

Dimensiones	**Nivel educativo**	**N**	**Rango promedio**	**U de Mann-Whitney**	**Z**	**Sig.**
Análisis Lógico	-Hasta Secundario completo	95 105	99,35 101,54	4878,500	-,269	

	-Más de secundario completo -Total	200				,788
Reevaluación Positiva	-Hasta Secundario completo	95 105	98,13 102,64	4762,500	-,554	
	-Más de secundario completo -Total	200				,579
Búsqueda de Apoyo	-Hasta Secundario completo	95 105	98,72 102,11	4818,500	-,427	
	-Más de secundario completo -Total	200				,670
Resolución de Problemas	-Hasta Secundario completo	95 105	102,63 98,58	4785,500	-,498	
	-Más de secundario completo -Total	200				,618
Evitación Cognitiva	-Hasta Secundario completo	95 105	93,25 107,06	4299,000	-1,715	
	-Más de secundario completo -Total	200				,086
Aceptación/Resignación	-Hasta Secundario completo	95 105	95,29 105,21	4492,500	-1,222	
	-Más de secundario completo -Total	200				,222
Búsqueda de	-Hasta	95	88,55	3852,500		

Gratificaciones Alternativas	Secundario completo	105	111,31			
	-Más de secundario completo	200			-2,799	,005
	-Total					
Descarga Emocional	-Hasta Secundario completo	95	91,37	4120,000		
	-Más de secundario completo	105	108,76		-2,150	,032
	-Total	200				

En la tabla 14, se encontraron diferencias significativas en el estilo de afrontamiento Evitación cognitiva, Aceptación/Resignación y Búsqueda de Apoyo a favor de los que no tienen hijos en comparación con los que tienen, en el resto de las dimensiones no hubo diferencias.

Tabla 14

Diferencias de rango entre estilos de afrontamiento y tiene o no hijos

Dimensiones	**¿Tiene hijos?**	**N**	**Rango promedio**	**U de Mann-Whitney**	**Z**	**Sig**
Análisis Lógico	Si	98	101,85	4865,500	-,326	
	No	102	99,20			
	Total	200				,744
Reevaluación Positiva	Si	98	106,21	4438,500	-1,377	
	No	102	95,01			
	Total	200				,169
Búsqueda Apoyo	Si	98	97,44	4698,500	-,756	
	No	102	103,44			
	Total	200				,450
Resolución de Problemas	Si	98	96,43	4599,000	-,984	
	No	102	104,41			
	Total	200				,325
Evitación cognitiva	Si	98	117,25	3356,500	-4,085	
	No	102	84,41			

	Total	200				,000
Aceptación/Resignación	Si	98	113,52	3722,000	-3,146	
	No	102	87,99			
	Total	200				,002
Búsqueda	Si	98	110,05	4062,000	-2,306	
Gratificaciones	No	102	91,32			
	Total	200				,021
Descarga Emocional	Si	98	99,33	4883,000	-,285	
	No	102	101,63			
	Total	200				,776

5.1.5 Estilos de Afrontamiento y variables laborales

En la siguiendo tabla, se encontraron diferencias significativas en el estilo de afrontamiento Evitación cognitiva, Aceptación/Resignación y Búsqueda de Gratificaciones a favor del personal que tiene más de 10 años de antigüedad, pero en el resto de las dimensiones no hubo diferencias.

Tabla 15.

Diferencias de rango entre estilos de afrontamiento y antigüedad laboral

Dimensiones	**Antigüedad**	**N**	**Rango promedio**	**U de Mann-Whitney**	**Z**	**Sig.**
Análisis Lógico	-Hasta 9 años	94	99,32	3922,000	-2,613	
	-Más 10 años	106	101,83			
	-Total	200				,009
Reevaluación Positiva	-Hasta 9 años	94	103,51	3416,500	-3,858	
	-Más 10 años	106	97,11			
	-Total	200				,000
Búsqueda de Apoyo	-Hasta 9 años	94	96,94	4895,000	-,220	
	-Más 10 años	106	104,51			
	-Total	200				,826
Resolución de	-Hasta 9 años	94	99,53	4086,500	-2,211	
Problemas	-Más 10 años	106	101,60			
	-Total	200				,027
Evitación cognitiva	-Hasta 9 años	94	95,07	4581,000	-1,000	
	-Más 10 años	106	106,63			
	-Total	200				,318
Aceptación/Resignación	-Hasta 9 años	94	92,03	4108,000	-2,158	

	-Más 10 años -Total	106 200	110,05			 ,031
Búsqueda de Gratificaciones	-Hasta 9 años -Más 10 años -Total	94 106 200	95,98 105,60	4132,500	-2,096	 ,036
Descarga Emocional	-Hasta 9 años -Más 10 años -Total	94 106 200	99,56 101,56	4366,500	-1,526	 ,127

Se realizó prueba U de Mann Whitney que arrojó diferencias significativas a favor de los trabajadores que ganan más de $60000 en los estilos de afrontamiento análisis lógico, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo. Por otro lado, en los estilos de evitación cognitiva y aceptación resignación, son los trabajadores que ganan menos de $60000 quienes evidenciaron utilizar en mayor medida estos etilos de afrontamiento, Por último, en los estilos de gratificación y descarga emocional, no se hallaron diferencias

Tabla 16

Diferencias de rango entre estilos de afrontamiento y remuneración

Remuneración		**N**	**Rango promedio**	**U de Mann-Whitney**	**Z**	**Sig.**
Análisis Lógico	Hasta 60000 más de 60000 Total	126 74 200	92,20 114,64	3616,000	 -2,665	 ,008
Reevaluación Positiva	Hasta 60000 más de 60000 Total	126 74 200	93,61 112,23	3794,000	 -2,211	 ,027
Búsqueda Apoyo	Hasta 60000 más de 60000 Total	126 74 200	94,06 111,47	3850,000	 -2,211	 ,034
Resolución Problemas	Hasta 60000 más de 60000 Total	126 74 200	89,31 119,56	3251,500	 -3,600	 ,000
Evitación cognitiva	Hasta 60000 más de 60000 Total	126 74 200	111,45 81,86	3282,500	 -3,555	 ,000
Aceptación/Resignación	Hasta 60000 más de 60000 Total	126 74 200	109,73 84,78	3498,500	 -2,970	 ,003
Búsqueda Gratificaciones	Hasta 60000 más de 60000	126 74	97,88 104,95	4332,500		

	Total	200			-,841	,401
Descarga Emocional	Hasta 60000	126	95,78	4067,000		
	más de 6000	74	108,54			
	Total	200			-1,525	,127

Se realizó prueba U de Mann Whitney que arrojó diferencias significativas a favor de los trabajadores que no tienen contacto con personas privadas de su libertad, en los estilos de evitación cognitiva, aceptación resignación y gratificación. En el resto de los estilos no se hallaron diferencias.

Tabla 17

Diferencias de rango entre estilos de afrontamiento y tener o no contacto con personas privadas de su libertad

¿Está en contacto con personas privadas de su libertad?		**N**	**Rango promedio**	**U de Mann-Whitney**	**Z**	**Sig.**
Análisis Lógico	Si	100	103,24	4726,500		
	No	100	97,77		-,673	
	Total	200				,501
Reevaluación Positiva	Si	100	94,20	4370,000		
	No	100	106,80		-1,550	
	Total	200				,121
Búsqueda Apoyo	Si	100	103,50	4700,500		
	No	100	97,51		-,755	
	Total	200				,450
Resolución Problemas	Si	100	107,47	4303,000		
	No	100	93,53		-1,718	
	Total	200				,086
Evitación cognitiva	Si	100	85,02	3452,000		
	No	100	115,98		-3,852	
	Total	200				,000
Aceptación/Resignación	Si	100	86,31	3580,500		
	No	100	114,70		-3,499	
	Total	200				,000
Búsqueda Gratificaciones	Si	100	89,03	3852,500		
	No	100	111,98		-2,826	
	Total	200				,005
Descarga Emocional	Si	100	96,50	4600,000		
	No	100	104,50		-,990	
	Total	200				,322

Se realizó prueba Kruskal-Wallis que arrojó diferencias significativas a favor de los trabajadores subalterno administrativo en el estilo de reevaluación positiva, y en el estilo aceptación resignación en el personal subalterno seguridad externa/interna.

En el resto de los estilos no se hallaron diferencias.

Tabla 18

Diferencias de rango entre estilos de afrontamiento y función laboral.

	¿Cuál es su función actualmente?	N	Rango promedio	F	Gl	Sig.
Análisis Lógico	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	85,60	4,600	3	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	78				
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	46				,204
	Total	200				
Reevaluación Positiva	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	85,40	39,833	3	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	78				
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	46				,000
	Total	200				
Búsqueda de Apoyo	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	118,57	5,534	*3*	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	78				
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno	46				

	(suboficial). Administración					,137
	Total	200				
Resolución de Problemas	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	100,07	3,704	*3*	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	78				
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	46				,295
	Total	***200***				
Evitación cognitiva	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	80,13	6,965	*3*	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	78				
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	46				,073
	Total	200				
Aceptación Resignación	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	94,13	8,799	*3*	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	78				
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	46				,032
	Total	200				
Búsqueda de Gratificaciones	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	92,87	4,986	*3*	
	-Personal subalterno	78				

	(suboficial). Seguridad interna/externa					
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	46				,173
	Total	200				
Descarga Emocional	-Personal superior (oficial). Seguridad interna/externa	15	106,50	5,801	*3*	
	-Personal subalterno (suboficial). Seguridad interna/externa	78				
	-Personal subalterno (suboficial). Profesional	61				
	-Personal subalterno (suboficial). Administración	46				,122
	Total	200				

CAPITULO 6

CONCLUSIONES

Y

RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

A partir de la muestra integrada por el personal del Servicio Penitenciario Federal, se puede decir que:

Los agentes penitenciarios tienen como finalidad, entre otras, lograr que las personas privadas de la libertad adquieran pautas de conducta y herramientas para su reinserción en la sociedad, a través de programas de tratamientos. El presente estudio evaluó a dicha muestra, orientando la investigación a caracterizar, según variables socio demográficas y laborales, cuáles son los estilos de afrontamiento y niveles de autocontrol que utilizan preferentemente, según edad, genero, nivel educativo, si tiene o no hijos, su función dentro del Servicio Penitenciario Federal, remuneración mensual que percibe por su trabajo, si tienen contacto o no con las personas privadas de su libertad y antigüedad como integrante de la fuerza de seguridad. Por otro lado, determinar la asociación existente entre los Estilos de Afrontamiento y el Autocontrol según sus diferencias sociodemográficas.

En base al análisis de los resultados obtenidos del Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Moos y col. (1992), y el inventario Autocontrol de Rosenbaum (1980) se llegaría a las conclusiones, las cuales al ser analizadas deberán tenerse en cuenta siempre el contexto en el cual el estilo afrontamiento y el autocontrol tienen lugar, ya que el comportamiento es el resultado de muchas variables, de las cuales una de ellas es la variable situacional.

Primeramente, los resultados del proceso de evaluación de los miembros pertenecientes al Servicio Penitenciario Federal dan cuenta en la escala Estilos de Afrontamiento, que son los hombres quienes utilizarían preferentemente como estrategia de afrontamiento ante situaciones estresantes la Aceptación/Resignación. Esto se debe a los esfuerzos del personal para reaccionar frente al problema a través de su aceptación. Por ejemplo*:" ¿acepto el problema porque no se podía hacer nada para cambiarlo?"*, ya que, en su espacio laboral, el personal penitenciario usa estas estrategias para ser puestas en acción -con mayor y menor urgencia- para construir espacios de bienestar y psicológicamente saludables. En las demás dimensiones no hubo diferencias.

Entre la edad y los estilos de afrontamiento no se verificaron asociaciones, ya que la edad no parece marcar grandes diferencias en el tipo de afrontamiento utilizado.

En cuanto al nivel educativo, las dimensiones conductuales, Búsqueda de Gratificaciones Alternativas y Descarga Emocional, fueron a favor del personal que tiene más que el secundario completo como, por ejemplo, profesorados, carreras terciarias o de grado, pero en el resto de las dimensiones no hubo diferencias. Esto se debe a los esfuerzos conductuales para comprometerse en actividades nuevas y crear fuentes sustitutivas de satisfacción. Por ejemplo: *"¿empleo mucho tiempo en actividades de recreo?* Asimismo, los esfuerzos conductuales para reducir la tensión mediante la expresión de los sentimientos negativos, como, *"¿lloró para manifestar sus sentimientos?".*

Los estilos de afrontamiento, Evitación cognitiva, Aceptación/Resignación y Búsqueda de Apoyo dio resultado a favor del personal que, si tienen hijos, pero en el resto de las dimensiones no hubo diferencias.

En la escala antigüedad, Evitación cognitiva, Aceptación/Resignación y Búsqueda de Gratificaciones hubo diferencias a favor del personal que tiene más de 10 años de antigüedad, ya que el personal con más experiencia laboral va a tener estrategias internas para evitar pensamientos o imágenes mentales que generan ansiedad. Los intentos cognitivos para evitar pensar de un modo realista acerca del problema en cuestión, como, por ejemplo, *"¿intentó olvidarlo todo?"*, Las estrategias de afrontamiento evitativas, como la negación y la retirada, generalmente están asociadas con angustia psicológica. Menaghan (1982) explica que los esfuerzos por manejar sentimientos displacenteros mediante la resignación y la retirada podrían incrementar la angustia y ampliar futuros problemas. El agente penitenciario va a tratar de pensar en situaciones nuevas y sustitutivas, entonces intentaran disminuir momentos de tensión a través de sentimientos negativos. Otra característica del personal con más años de antigüedad es la aceptación**,** que los anima a cambiar y a moverse por conseguir objetivos, porque entienden y sienten que la realidad es así y a partir de ahí, van a tratar de poner todas las fuerzas en construir y modificar aquello que se quiere. En la Búsqueda de gratificaciones, podría pensarse que la mayoría afrontaría

las situaciones vivenciadas como desbordantes para sus recursos, buscando información guía o reconfortante, y actuando directamente sobre el problema.

Según la remuneración que el personal percibe por su trabajo, el personal que ganan más de $60.000 hubo diferencias significativas en los estilos de afrontamiento análisis lógico, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo. Por otro lado, en los estilos de evitación cognitiva y aceptación resignación, son los trabajadores que ganan menos de $60.000 quienes evidenciaron utilizar en mayor medida estos etilos de afrontamiento, Por último, en los estilos de gratificación y descarga emocional, no se hallaron diferencias

Se encontraron diferencias significativas con relación a la función que cumplen los agentes penitenciarios a favor de los que son subalternos administrativos que realizan trabajo de oficina en el estilo de reevaluación positiva, ya que esta función tiene como característica no estar en contacto con internos/as. También hubo diferencias a favor en el estilo aceptación/resignación en aquellos agentes que cumplen con funciones subalternas de seguridad externa/interna., porque la cárcel es un ambiente laboral con especificidad propia, en donde el personal que cumple con esta función laboral se enfrenta con una relación con los internos. Con convivencias continuadas, sistemáticas y fluctuantes, en donde el agente penitenciario debe armar una estrategia para sostener con cada uno de los internos una relación cotidiana, y por lo tanto no confrontar. En el resto de los estilos no se hallaron diferencias en cuanto a funciones laborales.

En cuanto a los valores obtenidos en la escala Autocontrol según el género, arrojo que no hay diferencias significativas entre mujeres y hombres, ni tampoco hay una asociación entre la edad y el autocontrol. Pero, hubo diferencias a favor de los trabajadores que tienen nivel educativo superior a secundario completo ya que presentaron promedios más elevados en el autocontrol. Esto se debe a que poseen más herramientas para controlar situaciones estresantes o de conflictos con las personas privadas de su libertad. Así también hubo diferencias a favor de los trabajadores que, si tienen hijos arrojando niveles más altos en el autocontrol.

En cuanto a la antigüedad laboral, no hay diferencias significativas, entre los que tienen menos de 10 años y los que tienen más de 10 años de antigüedad.

En el caso del personal que está o no en contacto con personas privadas de su libertad, hubo diferencias a favor de los trabajadores que no tienen contacto, ya que mostraron promedios más elevados en el autocontrol, este personal no tiene que confrontar con internos/as, ni como tampoco con situaciones que suceden dentro de un penal.

Se podría pensar que aquellas personas en que sus funciones hacen que no tengan que estar en contacto con personas privadas de su libertad cuentan con un mejor grado de autocontrol que los que no tienen esas características, ya que los puntajes obtenidos por los mismos fueron muy altos en comparación.

En la remuneración percibida, no se encontraron diferencias entre los que perciben más de $60.00 y los que perciben menos.

Por último, se encontraron asociaciones positivas entre los niveles de autocontrol y los estilos de afrontamientos (a mayor afrontamiento mayor nivel de autocontrol y viceversa), porque dependiendo del estilo de afrontamiento que utilice preferentemente el personal, la respuesta va a tener, esfuerzos cognitivos o conductuales (Moors & Schaefer, 1993). El afrontamiento es un proceso cambiante en el que el personal, en determinado momento, debe contar principalmente con estrategias defensivas, y en otros con estrategias que sirvan para resolver el problema, todo ello a medida que va cambiando su relación con el entorno (Folkman & Lazarus, 1980).

De esta manera, se podría pensar que la muestra utilizada en esta investigación preferiría utilizar estrategias de afrontamiento diferentes a la hora de manejar demandas específicas internas y/o externas que son percibidas como desbordantes de sus recursos. Teniendo en cuenta el marco teórico, desde el lado de la salud mental, que la muestra que tiende a la implementación de estrategias de afrontamiento de Evitación, es menos operativa y cuenta con menor autocontrol, que la muestra que tiende al afrontamiento de Acercamiento, ya que en general, éste último está basado en el problema, y refleja los esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar o resolver los estresores; en cambio el afrontamiento de

evitación, tiende a focalizarse en la emoción y refleja los intentos cognitivos y conductuales para evitar pensar a cerca del estresor y sus implicaciones, o para manejar los afectos relacionados con él (Moos, 1992).

Por lo tanto, es importante la capacitación para que el personal penitenciario esté dotado de los conocimientos, habilidades y actitudes necesarios para desempeñar sus funciones con respeto a los derechos y a la dignidad de las personas detenidas. El trabajo penitenciario es complejo y requiere una variedad de habilidades. Muchas de las personas contratadas no tendrán ningún conocimiento del trabajo en prisión de antemano. Por eso, la formación debe ser parte del desarrollo y el mantenimiento de una mano de obra cualificada, motivada y comprometida.

Los programas de capacitación del personal penitenciario deben incluir formación sobre nombramientos y oportunidades regulares para su desarrollo a lo largo de su carrera profesional. Deben basarse en una comprensión clara del propósito del trabajo en prisión y de los principios de derechos humanos que lo sustentan.
Es necesario una formación inicial y luego sucesivas capacitaciones, que van más allá del mero concepto de seguridad, que, si bien es la base del sistema penitenciario, la misma no se agota allí, ya que se aplica un tratamiento para lograr la reinserción social del delincuente. La función del agente penitenciario exige una preparación profesional basada en principios técnicos y científicos de tinte humanístico.

6.2 Recomendaciones

Finalmente, quisiera dejar abierto a futuras investigaciones, el explorar a qué correspondería las diferencias encontradas en este trabajo en cuanto a Autocontrol y estilos de Afrontamiento. Un punto de interés a evaluar sería el tipo de personalidad y estrés laboral del personal penitenciario, ya que este estudio sólo se basó en afrontamiento y autocontrol.

Sería de suma importancia, realizar esta investigación con muestras constituidas por un mayor número de personas.

Creo que este trabajo es insuficiente para realizar conclusiones definitivas, pero sabemos que puede ser el inicio de futuras investigaciones.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

American Psychological Association. (2001). *Publication manual of the American Pshychological Association* (5th ed.). Manual Moderno.

Arcas, J. y Manzano, S. (2000). Un estudio sobre los estilos y estrategias de afrontamiento. *Revista electrónica Psicología Científica 14* (3), 121-131.

Beck, A. & Freeman, A. (1997). *Terapia cognitiva de los trastornos de la personalidad*: Paidós.

Beck, A. (1983). *Terapia cognitiva de la depresión*. Buenos Aires: Martínez Roca, S.A.

Cancela Gordillo, R., Cea Mayo, N., Gabildo Lara, G., & Valilla Gigante, S. (2010). *Metodología de la Investigación Educativa: Investigación Ex Post Facto*: Universidad Autónoma de Madrid.

Corbetta, P. (2007). *Metodologías y Técnicas de Investigación Social*. McGraw-Hill/Interamerica.

Davis M, McKay M, Eshelman E. (1987). *Desarrollo de técnicas de afrontamiento, Entrenamiento asertivo y Administración del tiempo. Técnicas de autocontrol emocional*: Martínez Roca, S.A.

Díaz, M., Sánchez Jiménez, M., Abascal Fernández, E. (2003). Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento. *Revista electrónica de motivación y emoción*. 3(4), 115-185.

Fernández-Abascal, Enrique G., Mª Dolores Martín Díaz, Mª Pilar Jiménez Sánchez. (2018). Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento. *Revista electrónica de motivación y emoción. 3 (4), 45-67.*

Folkman, S y Lazarus, R (1991). *El afrontamiento del estrés. Estrategias cognitivas – conductuales*. Martínez Roca. S.A

Fromm, E. (1953) *Ética y Psicoanálisis*: FCE.

George, D. & Mallery, M. (2003). *Using SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. Boston, MA: Allyn & Bacon

Hogan, T. (2004). *Pruebas Psicológicas. Una Introducción Práctica*. Manual Moderno.

Lazarus, R. (1991). *Emotion & adaptation*. Oxford University Press.

Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*: Martínez Roca. S.A

Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). *Estrés y Procesos Cognitivos*: Ediciones Roca.

López Torrecillas, Francisca; Peralta, Isabel; Muñoz Rivas, Marina J. y Godoy, Juan F. (2003). Estudio sobre autocontrol. *Revista electrónica Psicología Científica* 4 (15), 127-136.

Mikulic, I.M.; Crespi, M. (2004): Contexto Carcelario: un estudio de los estresores y las respuestas de afrontamiento en detenidos primarios y reincidentes. *XII Anuario de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires*, Tomo II, p.211-221.

Ministerio de defensa. *Presidencia de la Nación Dirección Nacional de los Derechos Humanos y el Derecho Internacional Humanitario*. http://www.mindef.gov.ar

Messuti, A. (2001). *El tiempo como pena. Campomanes Libros, Biblioteca de Derecho Penal*. Editores del Puerto, Buenos Aires.

Morales, J. F., López, M. y Vega, L. (1992) Individualismo, colectivismo e identidad social. *Revista de psicología monográfico*, 49-72.

Moos, Rudolf. (1993). *Coping Responses Inventory-AdultForm professional manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment s, Inc. Resource.

Moos, R. H. (1988). Life stressors and coping ressources influence health and well-being. *Evaluación psicológica / Psychological assessment*, 4 (2), 133-158.

Niño, L. (1997). *Aspectos críticos de la realidad carcelaria: visitas, requisas y régimen disciplinario*. En: Jornadas sobre sistema penitenciario y derechos humanos. Anexo de actualización. Nueva Ley de Ejecución de la pena privativa de la libertad. Editores del Puerto.

Páez, D., Fernández, I., Ubillos, S. & Zubieta, E. (2006). *Psicología Social, Cultura y Educación*. Pearson Prentice Hall.

Página oficial del Servicio Penitenciario Federal. htt: //www.spf.gob.ar.

Rice, P. (1998). *El afrontamiento del estrés: Estrategias Cognitivas – Conductuales. Manual para el tratamiento cognitivo – conductual de los trastornos psicológicos*: Siglo Veintiuno de España. Editores S. A

Törestad, B.; Magnusson, D.; Oláh, A. (1990). Coping, Control and experience of anxiety: An interactional perspective. *Anxiety Research*, 3:1-16.

Anexos

Instrumentos de recolección de datos.

Como alumna de la Universidad Abierta Interamericana solicito su apoyo para la realización de mi tesis de grado con la finalidad de obtener el título de Licenciatura en Psicología. La información brindada por usted es anónima y sus datos no serán difundidos. Los resultados de la misma serán utilizados sólo para fines académicos-científicos.

Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas, por favor intente no omitir ninguna pregunta y responder a todo el cuestionario.

Inventario de Respuestas de Afrontamiento para Adultos [CRI-A]

Se administró el Inventario de Respuestas de Afrontamiento para Adultos [CRI-A] (Moos, 1993; adaptación argentina: Mikulic & Crespi, 2008). El mismo consta de 48 ítems con una escala tipo Likert que oscila entre 0- Nunca y 3- Muchas veces.

El inventario está constituido por dos factores, que Moos (1993 citado en Mikulic & Crespi, 2008) denominó:

1. Escala Global de Acercamiento o Aproximación, que contiene las siguientes subescalas:

- Análisis Lógico (AL): tentativas cognitivas de comprender y prepararse de manera mental para enfrentar un estresor y sus derivaciones.

- Revalorización Positiva (R): intenciones cognoscitivas de edificar y reestructurar un problema de manera positiva mientras se acepta la realidad del suceso.

- Búsqueda de Orientación y Apoyo (BA): intentos comportamentales de buscar información, apoyo y orientación.

- Resolución de Problemas (RP): intentos en forma de conducta de llevar a cabo acciones que llevan al problema.

- Búsqueda de Gratificaciones Alternativas (BG): tentativas conductuales de tomar parte en actividades substitutivas y de generar fuentes de satisfacción.

2. Escala Global de Evitación, conformada por las subescalas:

- Evitación Cognitiva (EC): intentos cognitivos de tratar de no pensar en el problema de manera realista.

- Aceptación/Resignación (A): intentos cognitivos de responder al problema aceptándolo.

- Descarga Emocional (DE): intentos comportamentales de disminuir la tensión expresando sentimientos negativos.

Para su evaluación, se suman los valores de los ítems agrupados en las subescalas y luego se dividen por el número de ítems contestados, obteniendo el promedio de cada una de ellas. El coeficiente Alpha de Cronbach de la escala total es de 0.85 (Mikulic & Crespi, 2008).

Inventario Estrategias de Afrontamiento

Este cuestionario contiene preguntas que se refieren a los problemas significativos que han tenido trascendencia en su vida. Por favor, piense en los problemas más importantes o las situaciones más estresantes que le hayan sucedido en su contexto laboral. Si no ha tenido ningún problema relevante, piense en los problemas menos importantes que suele enfrentar en su trabajo y luego elija uno de ellos. Conteste, por favor, cada una de las preguntas que se refieren al problema o situación, haciendo una cruz en el casillero seleccionado.

	Nunca	Una o dos veces	Algunas veces	Muchas veces
1. ¿Pensó en diferentes formas de solucionar estos problemas?				

2. ¿Se dijo cosas a sí mismo para sentirse mejor?				
3. ¿Habló con su esposo/a u otro familiar sobre estos problemas?				
4. ¿Hizo un plan de acción para enfrentar esos problemas y lo cumplió?				
5. ¿Trató de olvidar todo?				
6. ¿Sintió que el paso del tiempo cambiará las cosas, que esperar era lo único que podía hacer?				
7. ¿Trató de ayudar a otros a enfrentar problemas similares?				
8. ¿Se descargó con otras personas cuando se sintió enojado, deprimido, bajoneado o triste?				
9. ¿Trató de salir de la situación, como para verla desde afuera y ser más objetivo?				
10. ¿Se dijo a Ud. mismo que las cosas podían ser peores?				
11. ¿Habló con algún amigo de estos problemas?				
12. ¿Se esforzó tratando de hacer algo para que las cosas funcionaran?				
13. ¿Trató de evitar pensar en el problema?				
14. ¿Se dio cuenta que no tenía control sobre los problemas?				
15. ¿Se dedicó a nuevas actividades como nuevos trabajos o distracciones?				
16. ¿Hizo algo arriesgado tratando de tener una nueva oportunidad?				
17. ¿Se imaginó, una y otra vez, que decir o hacer?				
18. ¿Trató de ver el lado positivo de la situación?				

19. ¿Habló con algún profesional (médico, sacerdote, etc.)?				
20. ¿Decidió lo que quería hacer y trató firmemente de conseguirlo?				
21. ¿Se imaginó o soñó un tiempo o un lugar mejor del que Ud. vivía?				
22. ¿Pensó que el destino se ocuparía de todo?				
23. ¿Trató de hacer nuevos amigos?				
24. ¿Se mantuvo alejado de la gente en general?				
25. ¿Trató de prever o de anticiparse a cómo resultaría todo?				
26. ¿Pensó cuánto mejor estaba Ud. comparándose con otras personas con el mismo problema?				
27. ¿Buscó la ayuda de personas o de grupos con los mismos problemas?				
28. ¿Trató de resolver los problemas, al menos en dos formas diferentes?				
29. ¿Evitó pensar en el problema, aun sabiendo que en algún momento debería pensar en él?				
30. ¿Aceptó los problemas, porque pensó que nada se podía hacer?				
31. ¿Leyó, miró televisión, o realizó alguna otra actividad como forma de distracción?				
32. ¿Gritó como forma de desahogarse?				
33. ¿Trató de encontrarle alguna explicación o significado a esa situación?				
34. ¿Trató de decirse a sí mismo que las cosas mejorarían?				

35. ¿Trató de averiguar más sobre esa situación?				
36. ¿Trató de aprender cómo hacer más cosas por sí mismo?				
37. ¿Deseó que los problemas hubieran desaparecido o pasado?				
38. ¿Esperó que sucediera lo peor?				
39. ¿Le dedicó más tiempo actividades recreativas?				
40. ¿Lloró y descargó sus sentimientos?				
41. ¿Trató de prever o de anticiparse a los nuevos pedidos que le harían?				
42. ¿Pensó cómo podrían estos sucesos cambiar su vida en un sentido positivo?				
43. ¿Rezó pidiendo ayuda o fuerza?				
44. ¿Tomo las cosas de una por vez?				
45. ¿Trató de negar lo serio que eran en realidad, los problemas?				
46. ¿Perdió la esperanza de que alguna vez las cosas volvieran a ser como eran antes?				
47. ¿Volvió al trabajo o a otras actividades que lo ayudaran a enfrentar las cosas?				
48. ¿Hizo algo que pensó que no iba a funcionar, pero por lo menos intentó hacer algo?				

Escala de Autocontrol de ROSENBAUM

INSTRUCCIONES

Indique cuán característico o descriptivo son las siguientes afirmaciones, para tal efecto utilice el código siguiente:

(+3) Me caracteriza y me describe muchísimo

(+2) Me caracteriza y me describe bastante

(+1) Me caracteriza y describe ligeramente

(-1) No me caracteriza ni describe casi nunca

(-2) Dista mucho de caracterizarme y describirme

(-3) No me caracteriza ni me describe nunca

1.Cuando realizo una tarea tediosa, trato de pensar en sus parte menos aburridas y en las consecuencias que obtendré al finalizarlas…… ( )

2.Cuando llevo a cabo una actividad que me produce ansiedad, intento vencer ese estado mientras la realizo…… ( )

3.A menudo, si cambio mi manera de pensar sobre ciertas cosas, soy capaz de cambiar mis sentimientos sobre ellas…….. ( )

4.Me es difícil manejar mis sentimientos de nerviosismo y tensión sin recibir ayuda externa…… ( )

5.Cuando me siento deprimido trato de pensar en cosas agradables ……( )

6.No puedo evitar pensar en los errores que he cometido en el pasado…. ( )

7.Cuando me enfrento a un problema difícil, trato, de manera sistemática, encontrar una solución……..( )

8.Trabajo y cumplo mis obligaciones más rápidamente cuando alguien me presiona……..( )

9.Cuando me enfrento a una situación difícil, prefiero posponer tomar una decisión en ese momento……..……. ( )

10.Cuando tengo dificultades para concentrarme en algo, busco la manera más adecuada para incrementar dicha concentración……..…… ( )

11. Cuando planifico un trabajo, dejo de lado las cosas que no son relevantes……..( )

12.Cuando intento librarme de un mal hábito, primero intento detectar los factores que lo mantienen y los que no me permiten superarlo…….. ( )

13.Cuando me invade un pensamiento desagradable, intento pensar en algo agradable a fin de evitar…….( )

14.Si fumara dos paquetes de cigarrillos al día, probablemente necesitaría ayuda externa para dejar de fumar…….…….( )

15.Cuando estoy de mal humor, intento hacer cosas para mejorar mi estado de ánimo…….……( )

16.Si llevara tranquilizantes conmigo, tomaría uno cada vez que me sintiera tenso y nervioso…….…( )

17.Cuando estoy deprimido, intento mantenerme ocupado haciendo cosas que me gustan y agradan……..( )

18.Tiendo a posponer las tareas desagradables aunque pueda hacerlas de inmediato……( )

19- Necesito la ayuda de alguien para librarme de mis malos hábitos…( )

20.Cuando encuentro dificultades para realizar un determinado trabajo me encargo de encontrar la forma de que me ayuden a solucionarlo……( )

21.No puedo evitar pensar en posibles catástrofes que me pueden ocurrir……..( )

22.Prefiero terminar un trabajo que tanga que hacer, y después ocuparme de las cosas que me gustan…… ( )

23.Cuando siento dolor en alguna parte de mi cuerpo, trato de no pensar en ello……..( )

24.Mi autoestima se incrementa cuando me veo capaz de superar un mal hábito……( )

25.Cuando fracaso en algo que me he propuesto, para superarlo, me digo a mí mismo que no es tan catastrófico, y que puedo hacer algo al respecto……..( )

26.Cuando me siento que estoy siendo muy impulsivo me digo a mí mismo "para y pensá antes de hacer nada" …….. ( )

27.Aunque esté terriblemente enojado con alguien, considero mis acciones hacia esa persona muy cuidadosamente…….( )

28.Cuando me enfrento a la necesidad de tomar una decisión, generalmente busco todas las alternativas posibles, en lugar de decidir de forma rápida y espontánea…….. ( )

29.Habitualmente hago primero las cosas que más me gustan, aun cuando hay otras cosas urgente por hacer…… ( )

Datos Socio- Demográficos:

A**) Edad**: _____ años.

B**) Sexo**:

1. Hombre 2. Mujer

C) Estado civil:

- 1. Soltero/a
- 2. Convive/Pareja de hecho
- 3. Casado/a
- 4. Separado/a
- 5. Divorciado/a
- 6. Viudo/a
- 7. En pareja

D) Zona de residencia actual: (Indique con una cruz la opción que corresponda):

1. Ciudad Autónoma de Buenos Aires
2. Gran Buenos Aires (Conurbano)
3. Interior del país

E) ¿Tiene hijos?

1. Sí 2. No

F) Remuneración que recibe por su trabajo en forma mensual (en pesos): (Indique con una cruz)

1. Hasta 30.000

2. De 30.000 a 35.000

3. De 40.000 a 50.000

4. De 55.000 a 60.000

5. De 65.000 a 70.000

6. Más de 70.000 •

G) ¿Cuál es su función? _____

H) ¿Está en contacto con personas privadas de su libertad?

1-Si 2-No

I) Cuántos años hace que pertenece al Servicio Penitenciario Federal? _____años

J) ¿Cuál es su Máximo Nivel de Educación Alcanzado?

1. No asistió

2. Primario incompleto

3. Primario completo

4. Secundario Incompleto

5. Secundario Completo

6. Terciario Incompleto

7. Terciario Completo

8. Universitario Incompleto

9. Universitario Completo