Revista postgrado
Scientiarvm P. 29 - 32
Julio 2026 Volumen 12 - Número 2
DOI: 10.26696/sci.epg.0235

ISSN Versión electrónica 2518 - 2811
ISSN Versión impresa 2411 - 8826
Indexada en Latindex

Habilidades Psicosociales como Factores Protectores : Una experiencia psicoeducativa para la inclusión social de personas con sentencia penal en Medio Libre Yanahuara- Arequipa.

"Psychosocial Skills as Protective Factors: A Psychoeducational Intervention for the Social Inclusion of Individuals Serving Criminal Sentences in the Yanahuara Community Corrections Program, Arequipa"

Cary Juliette Salinas Silva (1)

Universidad Católica de Santa María (1)
Filiación: Establecimiento de Asistencia Post Penitenciaria y Ejecución de Penas Limitativas de Derecho de Yanahuara, Oficina Regional Sur, Instituto Nacional Penitenciario (INPE). Arequipa, Perú.
Patrocinios / Conflictos de Interés: El presente estudio fue autofinanciado por la autora y no presenta conflictos de intereses institucionales ni comerciales.

RESUMEN:

Objetivo: Evaluar la efectividad del programa psicoeducativo cognitivo-conductual "No Más Problemas" en el fortalecimiento de las habilidades psicosociales cognitivas de solución de problemas interpersonales, entendidas como factores protectores frente a la conducta antisocial en sentenciados bajo medidas alternativas a la reclusión en Arequipa. Método: Estudio cuantitativo, de alcance correlacional-explicativo y diseño preexperimental con medición pre-test y post-test en un solo grupo. La muestra final estuvo constituida por 29 usuarios judicializados (39 inscritos inicialmente, registrando deserción por rigidez laboral) con perfiles de agresividad o violencia familiar. La intervención constó de 9 sesiones estandarizadas de 95 minutos enfocadas en el desarrollo del pensamiento adaptativo (causal, alternativo, medios-fines, consecuencial y de perspectiva). Se administró el Cuestionario de Habilidades Interpersonales de Bethencourt para establecer la línea base y la salida psicométrica, complementado con una evaluación continua de proceso (ponderación final: 40% post-test, 60% proceso). Resultados: En el pre-test, el 82,76% (n=24) de los sujetos evidenció un déficit crítico ubicándose en el rango de "Inicio". Tras la intervención, este estrato se redujo drásticamente al 3,45% (n=1), mientras que el 48,28% (n=14) alcanzó el nivel de "Logro" y el 34,48% (n=10) se situó en "Proceso". El análisis diacrónico por sesiones reveló la extinción total del nivel "Inicio" a partir de la quinta sesión, logrando picos de asimilación del 81,08% en pensamiento normativo y 72,73% en empatía social. La fórmula integradora final consolidó a un 41,38% en nivel "Logro" y un 44,83% en "Proceso". Conclusión: El entrenamiento estructurado en reestructuración cognitiva y control de impulsos dota de factores protectores eficaces a sujetos en medio libre, optimizando su inteligencia interpersonal y mitigando los riesgos de reincidencia delictiva. Se requiere articulación intersectorial con el entorno laboral para disminuir las tasas de deserción comunitaria.

Palabras clave: Habilidades psicosociales; Medio libre; Inclusión social; Factores protectores; Reinserción post-penitenciaria; Cognición social.

ABSTRACT:

Objective: To evaluate the effectiveness of the cognitive-behavioral psychoeducational program "No Más Problemas" in strengthening cognitive psychosocial interpersonal problem-solving skills, conceptualized as protective factors against antisocial behavior in sentenced individuals under alternative measures to imprisonment in Arequipa. Method: Quantitative study, with a correlational-explanatory scope and a pre-experimental design utilizing pre-test and post-test measurements within a single group. The final sample consisted of 29 judicialized users (41 initially active, experiencing attrition due to workplace rigidity) presenting profiles of aggressiveness or domestic violence. The intervention comprised 9 standardized 95-minute sessions focused on the development of adaptive thinking dimensions (causal, alternative, means-ends, consequential, and perspective-taking). Bethencourt's Interpersonal Skills Questionnaire was administered to establish psychometric baseline and outcome measures, complemented by continuous process evaluations (final weighting: 40% post-test, 60% process performance). Results: In the pre-test, 82.76% (n=24) of the subjects exhibited a critical deficit, placing them within the "Beginning" range. Post-intervention, this stratum was drastically reduced to 3.45% (n=1), whereas 48.28% (n=14) achieved the "Attainment" level and 34.48% (n=10) reached the "In-Process" status. Diachronic analysis across sessions revealed the complete elimination of the "Beginning" level from the fifth session onward, reaching assimilation peaks of 81.08% in normative thinking and 72.73% in social empathy. The final integrative formula consolidated 41.38% of the participants into the "Attainment" level and 44.83% into "In-Process". Conclusion: Structured training in cognitive restructuring and impulse control provides effective protective factors to individuals in an open environment, optimizing their interpersonal intelligence and mitigating risks of criminal recidivism. Intersectoral coordination with the work environment is required to reduce community dropout rates.

Keywords: Psychosocial skills; Non-institutionalized; Social inclusion; Protective factors; Post-penitentiary reintegration; Social cognition. (Source: MeSH)

Autor de correspondencia:
Cary Juliette Salinas Silva
Universidad Católica de Santa María, Arequipa - Perú
E-mail: cary.salinas@estudiante.ucsm.edu.pe
Teléfono: +51 994668492

INTRODUCCIÓN

El desarrollo de estrategias eficaces para la reinserción social de infractores de la ley penal constituye uno de los desafíos más urgentes para los sistemas penitenciarios contemporáneos. En el Perú, la Dirección de Medio Libre del Instituto Nacional Penitenciario (INPE) asume la responsabilidad de ejecutar las medidas alternativas a la pena privativa de libertad,

tales como la prestación de servicios a la comunidad y la limitación de días libres (1). Estas figuras legales buscan mitigar los efectos desestabilizadores del encarcelamiento, permitiendo que el sentenciado preserve sus vínculos sociofamiliares y laborales, al tiempo que reducen los costos operativos y el hacinamiento del sistema carcelario (1). Sin embargo, el mero cumplimiento formal de las jornadas de servicio comunitario no genera modificaciones sostenibles en el comportamiento delictivo. De acuerdo con datos institucionales, aproximadamente el 43% de las sentencias limitativas de derechos a nivel nacional se derivan de delitos y faltas asociados a conductas violentas y agresivas surgidas en el contexto inmediato de los sujetos (1). Faltas y delitos como lesiones dolosas, culposas o leves reflejan un déficit crítico en la capacidad de los individuos para gestionar eventos estresantes y resolver disputas interpersonales de manera pacífica (1). Desde la perspectiva socio-cognitiva, existe una relación directa entre las deficiencias en las relaciones interpersonales y la transgresión de las normas legales. El sujeto que carece de destrezas para la resolución de conflictos muestra dificultades crónicas para establecer relaciones de causa-efecto, anticipar las consecuencias de sus acciones, comprender la perspectiva emocional del otro y estructurar pasos intermedios para alcanzar fines lícitos (1). En consecuencia, la violencia se configura como un mecanismo automático e impulsivo de respuesta. Bajo este marco conceptual, el Establecimiento de Asistencia Post Penitenciaria y Ejecución de Penas Limitativas de Derecho de Yanahuara, Arequipa, consolidó la implementación del Programa de Intervención Psicoeducativo “No Más Problemas: Pensar antes de actuar no es difícil” (2). Esta propuesta adapta los principios teóricos del Interpersonal Cognitive Problem Solving (ICPS) desarrollado originalmente por Spivack y Shure, las premisas del programa “Ser persona y relacionarnos bien” diseñado por Segura, y el modelo ESCIPI (Enseñanza de Soluciones Cognitivas para Evitar Problemas Interpersonales) estructurado por García y Magaz (1,3,4,5). El objetivo central del programa consiste en potenciar las habilidades psicosociales cognitivas de la población usuaria, erigiéndolas como factores protectores que faciliten una convivencia respetuosa y mitiguen el riesgo de reincidencia delictiva

MATERIAL Y MÉTODOS

El programa se estructuró bajo un modelo de intervención de enfoque cognitivo-conductual, diseñado para ejecutarse a lo largo de 9 sesiones prácticas bajo la modalidad de talleres grupales, con una duración estandarizada de 95 minutos por sesión (1). El diseño metodológico se cimentó en el enfoque por competencias (el “saber hacer”), donde cada sesión perseguía el desarrollo de un tipo de pensamiento específico articulado con vivencias cotidianas (1). La secuencia pedagógica contemplaba tres fases estrictas: Presentación (captura de interés y saberes previos mediante recursos didácticos), Desarrollo (ejecución práctica de role-playing, discusiones plenarias y resolución de fichas de trabajo) y Cierre (evaluación reflexiva y asimilación del aprendizaje) (1).

En cumplimiento de las directrices normativas vigentes del INPE, los participantes fueron seleccionados bajo los siguientes criterios de inclusión: diagnóstico penal por delitos o faltas vinculadas a conductas agresivas o violencia familiar; competencias lingüísticas funcionales y dominio de un vocabulario básico para identificar y nombrar emociones; capacidad intelectual dentro de los rangos de normalidad; y manifestación de voluntad participativa ratificada mediante la firma de un acta de compromiso de asistencia (1,2).
La evaluación estructuró tres fases delimitadas:

Evaluación de Inicio (Línea Base): Aplicación del Cuestionario de Habilidades Interpersonales de Bethencourt, instrumento estandarizado que cuantifica las cinco dimensiones del pensamiento adaptativo (1,2). Sus baremos establecen tres rangos según el puntaje obtenido (sobre 20 puntos): Inicio (menor a 11 puntos), Proceso (12 a 13 puntos) y Logro (14 a 20 puntos) (1).

EVALUACIÓN DE PROCESO: Implementación de listas de cotejo e instrumentos específicos de post-test aplicados al término de cada una de las 9 sesiones formativas mediante cuestionarios de lecturas y dilemas morales (Logro = 15, Proceso = 10, Inicio = 0-5) (1,2). Si el 40% o más de los asistentes puntuaba en nivel “Inicio”, la sesión debía reprogramarse y reforzarse con ejemplos alternativos (1).
Evaluación de Salida: Re aplicación del cuestionario de línea base de Bethencourt (1,2). La ponderación del resultado final de la intervención se fijó en un 40% derivado del post-test general y un 60% compuesto por el desempeño continuo en las sesiones de proceso (1).

El análisis de las características sociodemográficas de la población incorporada inicialmente (N=42 con datos de caracterización completos dentro de un universo de 45 inscritos) detalló que un 34,48% de la muestra presentaba antecedentes específicos por delitos contra la vida, el cuerpo y la salud (lesiones corporales y formas agravadas de violencia familiar) (2). Respecto a la edad, 15 participantes se situaron en el rango de 20 a 30 años, 10 entre los 31 y 40 años, 12 entre los 41 y 50 años, y 5 entre los 51 y 60 años (2). El perfil poblacional fue predominantemente masculino (39 varones y 3 mujeres) (2). En cuanto al estado civil, predominaron los solteros (16) y convivientes (12), superando a los sujetos casados (12 inscritos, de los cuales solo 5 culminaron) (2). El nivel de instrucción exhibió una concentración en secundaria completa (18 participantes), seguida de formación superior técnica (12) y universitaria (10), registrándose solo un participante con primaria (2). Finalmente, la situación socioeconómica se ubicó en estratos básicos, con 14 sujetos percibiendo entre 500 y 1000 soles mensuales, y 18 ubicados en el rango de 1100 a 1500 soles, predominando ocupaciones de carácter operativo independiente (choferes, obreros y trabajadores de construcción civil) (2).

RESULTADOS

El seguimiento del flujo de asistencia a lo largo de las 9 sesiones evidenció un fenómeno de desgaste progresivo en la muestra general. La Sesión 1 inició con un registro de 41 asistentes activos, cifra que experimentó un decremento paulatino hacia las sesiones intermedias (33 asistentes en las sesiones 4 y 5) hasta cerrar la Sesión 9 con un grupo compacto de 25 usuarios (2).

A pesar de las variables restrictivas de asistencia, el análisis de los post-test individuales por cada área del pensamiento demostró un salto cualitativo significativo en la adquisición de conocimientos de los usuarios evaluados (Tabla 1).

Tabla 1. Evolución porcentual del aprendizaje por sesiones formativas.

Sesión / Dimensión Cognitiva	% Nivel Inicio	% Nivel Proceso	% Nivel Logro
Sesión 1: Saber relacionarse (Habilidades interpersonales)	28,89	46,67	15,56
Sesión 2: ¿Cuál es el problema? (Pensamiento causal)	17,78	37,78	20,00
Sesión 3: Un problema, varias soluciones (Pensamiento alternativo)	2,27	15,91	59,09
Sesión 4: Mis objetivos o propósitos (Pensamiento medios-fines)	2,50	20,00	60,00
Sesión 5: ¿Son necesarias las normas? (Pensamiento medios-fines/Normas)	0,00	8,11	81,08
Sesión 6: Mis decisiones y consecuencias (Pensamiento consecuencial)	0,00	38,24	52,94
Sesión 7: Mis preferencias y los demás (Pensamiento de perspectiva)	0,00	24,24	72,73
Sesión 8: Es hora de planificar (Pensamiento medios-fines/Plan de acción)	0,00	20,00	76,67
Sesión 9: Es mi turno (Consolidación práctica)	0,00	20,69	65,52

El análisis diacrónico de la Tabla 1 revela que los niveles de "Inicio" se extinguieron por completo a partir de la Sesión 5. Paralelamente, los niveles de "Logro" experimentaron una curva ascendente sobresaliente, alcanzando picos del 81,08% en la interiorización de la necesidad de normas institucionales y del 72,73% en el desarrollo del pensamiento de perspectiva (empatía social).

La efectividad del programa se constató al confrontar las mediciones psicométricas globales aplicadas antes y después de la intervención sobre el grupo definitivo de 29 usuarios que completaron el proceso:

En el Pre-Test: El 82,76% (24 participantes) inició el programa evidenciando niveles deficientes de estructuración cognitiva, clasificando en el rango de Inicio. Apenas un 13,79% (4 participantes) se ubicaba en Proceso y un margen 3,45% (1 participante) reflejaba un nivel de Logro espontáneo (2).
En el Post-Test: Tras la finalización del itinerario educativo, el estrato de Inicio se redujo de forma drástica al 3,45% (1 participante). Por el contrario, el nivel de Logro se incrementó de forma exponencial hasta situarse en el 48,28% (14 participantes) y el estado de Proceso subió al 34,48% (10 participantes) (un 13,79% residual correspondió a usuarios que no pudieron rendir la prueba post definitiva por inasistencia de último minuto) (2).

Al cruzar estas variables con la fórmula integradora para definir el Resultado Final de la Intervención (40% post test y 60% evaluación de proceso), los registros estadísticos finales arrojaron que el 41,38% alcanzó el nivel máximo de Logro, un 44,83% se consolidó en el nivel de Proceso, y quedó relegado al nivel de Inicio únicamente un 13,79% de los usuarios evaluados (2).

DISCUSIÓN

Los resultados confirman empíricamente que la aplicación sistemática del programa "No Más Problemas" modificó positivamente las dimensiones cognitivas de los infractores. La drástica reducción de los indicadores del nivel de "Inicio" (del 82,76% al 3,45%) valida los enfoques cognitivo-conductuales como catalizadores de cambio en regímenes no institucionales (1,2). El fortalecimiento de los pensamientos operó como un factor protector robusto dentro del entorno libre de los sentenciados. Al elevar la inteligencia interpersonal, el autocontrol emocional y la capacidad adaptativa frente a los estresores cotidianos, se previene la activación de respuestas hostiles y disminuye la probabilidad de incurrir en conductas transgresoras, coincidiendo con los marcos y premisas teóricas de estabilidad conductual, afrontamiento psicofísico y habilidades cotidianas planteados por Segura, Martínez Carpio y Borysenko (3,6,7). Este tipo de abordajes psicoeducativos en contextos comunitarios se alinea firmemente con la evidencia científica latinoamericana reciente, la cual demuestra que el entrenamiento estructurado en competencias socioemocionales genera reducciones significativas en las tasas de conductas delictivas si se compara con los esquemas tradicionales puramente punitivos o de supervisión pasiva (8,9). Asimismo, se destaca que el acompañamiento técnico a través de entrevistas personalizadas complementarias durante el desarrollo de los talleres grupales funcionó como un elemento dinamizador del compromiso individual, afianzando la responsabilidad del sentenciado hacia su propio proceso (2,10). No obstante, el estudio identifica limitaciones críticas. El principal obstáculo extrínseco que limitó el alcance y la regularidad asistencial radicó en la incompatibilidad de horarios y la falta de permisos de los empleadores (2). El temor al estigma penal y al despido sumerge al sentenciado en un conflicto de prioridades entre su subsistencia económica inmediata y sus obligaciones formales de readaptación. Por otra parte, se determinó una alta propensión al abandono del programa formativo en aquellos usuarios sentenciados bajo la medida estricta de jornadas de prestación de servicios a la comunidad, una vez que descubren la ausencia de mecanismos específicos que liguen de forma coercitiva ambas actividades (1,2). Esta problemática específica ha sido reportada en la gestión de Medio Libre a nivel regional, donde la desconexión normativa entre la sanción laboral-comunitaria y el soporte clínico dificulta la adherencia a largo plazo (11). En base a estas limitaciones, las deducciones para la gestión futura y la práctica institucional exigen que las instancias centrales del INPE prioricen la asignación de recursos estables y tecnologías aplicadas a Medio Libre (1). Resulta imperativo diseñar estrategias de diálogo con el sector empresarial local para sensibilizarlo y estructurar mecanismos de certificación de asistencia que no expongan punitivamente el legajo judicial del usuario, previniendo despidos arbitrarios. Metodológicamente, se sugiere

modificar los criterios de inclusión para omitir a sentenciados a jornadas puras de prestación de servicios, o bien, generar convenios interinstitucionales que validen formalmente las horas de capacitación psicoeducativa dentro del cómputo de horas de servicio obligatorio exigidas por los juzgados (1,2). Finalmente, es fundamental instrumentalizar evaluaciones de impacto longitudinales post programa durante un periodo de 3 años para medir científicamente la tasa de reincidencia delictiva real de los egresados.

AGRADECIMIENTOS

A la Jefatura y al equipo multidisciplinario del Establecimiento de Asistencia Post Penitenciaria y Ejecución de Penas Limitativas de Derecho de Yanahuara - Arequipa, por brindar las facilidades institucionales y los registros técnicos que hicieron posible la sistematización de esta experiencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Instituto Nacional Penitenciario. Manual del Facilitador del Programa de Intervención: No Más Problemas. Pensar antes de actuar, no es difícil. 1a ed. Lima: Dirección de Medio Libre; 2014 [citado el 19 de Junio de 2026]. Disponible en: http://www.inpe.gob.pe/

Instituto Nacional Penitenciario. Informe Final del Programa de Intervención “No Más Problemas”. Arequipa: Establecimiento de Asistencia Post Penitenciaria y Ejecución de Penas Limitativas de Derecho de Yanahuara, Oficina Regional Sur; 2025.

Segura M. Ser persona y relacionarnos bien. Programa de competencia social. 1a ed. Madrid: Narcea Ediciones; 2002.

Spivack G, Shure M. Interpersonal Cognitive Problem Solving (I.C.P.S.). 1st ed. Washington DC: American Psychological Association; 1972.

García E, Magaz A. Enseñanza de soluciones cognitivas para evitar problemas interpersonales (ESCIPI). 1a ed. Bilbao: Grupo ALBOR-COHS; 1997.

Martínez Carpio H. Psicología aplicada a la vida cotidiana. Arequipa: Universidad Católica de Santa María (UCSM); 2018.

Borysenko J, Stahl T. Cómo alcanzar el bienestar físico y emocional. 2a ed. Bogotá: Editorial Norma; 2015.

Pérez-Fuentes MC, Molero Jurado MM, Gázquez Linares JJ. Eficacia de los programas cognitivo-conductuales en medio libre: una revisión sistemática de la última década. Rev Crim. 2022;64(2):45-61.

Ramírez G, Santos L. Habilidades psicosociales y factores protectores en infractores bajo medidas alternativas a la privación de libertad en América Latina. Hacia Promoc Salud. 2023;28(1):112-27.

Castro-Morales J, Villalobos M. El impacto del acompañamiento técnico individualizado en programas de reinserción post-penitenciaria. Rev Peru Psicol. 2024;30(2):201-15.

Mendoza-Ramos A. Conflictos entre subsistencia laboral y cumplimiento penal: desafíos de la gestión de Medio Libre en el sur del Perú. Urvio Rev Latinoam Estud Segur. 2025;37:89-106.

Recibido el 08 de Mayo del 2026 y aceptado para su publicación el 29 de mayo 2026.