

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en
padres de familia de niños con habilidades diferentes de la
ciudad de Tarapoto, 2023**

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología

Autores:

Leydi Dayan Ramirez Arévalo
Yhony Flores Mamani
María Díaz Soto

Asesor:

Mg. Ricardo Alberto Gómez paredes

Tarapoto, noviembre de 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Ricardo Alberto Gómez Paredes, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“RESILIENCIA, ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS PARENTAL EN PADRES DE FAMILIA DE NIÑOS CON HABILIDADES DIFERENTES DE LA CIUDAD DE TARAPOTO, 2023”** del los autores Leydi Dayan Ramirez Arévalo, Yhony Flores Mamani y María Díaz Soto tiene un índice de similitud de 13% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de tarapoto, a los 18 días del mes de noviembre del año 2024



Mg. Ricardo Alberto Gómez Paredes

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En San Martín, Tarapoto, Morales, a 06 día(s) del mes de noviembre del año 2024, siendo las 10:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtro. Don Enoe Saenz Gaspar el (la) secretario(a): Mtra. Celina Ramirez Vega y los demás miembros: Psic. Calisto Tapullima Mori y el (la) asesor(a) Mg. Ricardo Alberto Gomez Paredes

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes de la ciudad de Tarapoto, 2023".

del(los) bachiller(es): a) Leydi Dayan Ramirez Arivalo b) Yhony Flores Mamani c) Maria Diaz Soto

conducente a la obtención del título profesional de:

(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Leydi Dayan Ramirez Arivalo

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	18.30	A-	Muy bueno	Sobresaliente

Bachiller (b): Yhony Flores Mamani

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	15.5	B-	Bueno	Muy Bueno

Bachiller (c): Maria Diaz Soto

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	14.2	C	aceptable	Bueno

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

Presidente/a

Secretario/a

Asesor/a

Miembro

Miembro

Bachiller (a)

Bachiller (b)

Bachiller (c)

"Esta sustentación fue realizada de manera virtual u online sincrónica, conforme al Reglamento General de Grados y Títulos".

Dedicatoria

A mi madre Karla Jhaninna Arévalo Tuesta por su esfuerzo, apoyo y amor sin fronteras en cada etapa de mi vida, a mi esposo Daniel Anthony Barbieri Gómez por ser mi soporte en todo momento y motivarme a cumplir mis metas, a mi abuela Zulmira Tuesta Mestanza por inculcarme a trabajar con esfuerzo y ser la mejor, a mi hijo Asher Matteo Barbieri Ramirez quien desde su llegada me ha impulsado a ser mejor en cada área de mi vida.

Leydi Dayan Ramirez Arévalo

A mis padres, por todo su apoyo y amor incondicional, a mis abuelos Leo y María, aunque estén en el cielo, su legado de perseverancia y sacrificio continúan inspirándome cada día. Este logro también es de ustedes.

María Díaz Soto

A mis padres, Julio Flores Andrade y Asunta Mamani Casa, por su amor inquebrantable y su apoyo constante, que siempre fueron mi mayor motivación. A mi esposa, mi mayor sostén en los momentos más complicados. Este logro es el reflejo del esfuerzo y amor que hemos compartido juntos.

Yhony Flores Mamani

Agradecimientos

Agradecemos primeramente a Dios por bendecirnos, por darnos la fortaleza y sabiduría necesaria para afrontar cada desafío en nuestro camino académico y permitimos llegar con bien hasta donde nos propusimos.

A nuestras familias por su apoyo y motivación incondicional que fue pilar para cumplir nuestra meta profesional.

A nuestro asesor Mg. Ricardo Alberto Gómez Paredes quien estuvo siempre presto a apoyarnos y enseñarnos. A todos nuestros docentes universitarios, supervisores de prácticas y psicólogos de nuestros centros de internado, gracias por su experiencia y orientación, su dedicación ha complementado de gran manera los profesionales que hoy en día somos.

Índice

Índice.....	6
1 Introducción	8
2 Materiales y métodos.....	8
2.1 Diseño metodológico.....	8
2.2 Participantes.....	9
2.3 Instrumentos	9
2.4 Aspectos éticos.....	10
3 Resultados	10
3.1 Análisis descriptivo	10
3.2 Análisis de correlación	10
3.3 Análisis complementario	11
4 Discusión	13
5 Conflicto de intereses.....	14
6 Contribuciones de los autores.....	14
7 Financiamiento.....	15
8 Agradecimientos	15
Referencias.....	15
Anexos.....	19

Resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes

Resumen

El presente estudio tuvo como principal objetivo determinar si existe una relación significativa entre resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes. Se usó una estructura cuantitativa, correlacional; además de consignarse bajo un diseño no experimental. La muestra fue de 150 padres de niños con habilidades diferentes de la ciudad de Tarapoto, 48 (32.0%) hombres y 102 (68.0%) mujeres; cuyas edades de ambos sexos oscilaban entre 26 a 66 años. Para evaluar las variables de esta investigación se utilizó la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10); el Cuestionario de Estrategias de afrontamiento COPE-28; por último, el Cuestionario de Estrés Parental. Los resultados evidenciaron que un 15.2% de los participantes presentan un grado elevado de estrés; en contraste con el nivel de resiliencia donde el 59.6% tiene un grado bajo y se halló correlación positiva entre la resiliencia y las estrategias de afrontamiento según el coeficiente de Pearson con un valor igual a $r = 0.415$, con una significancia bilateral de $p < .001$, siendo una correlación moderada y directa. Se concluyó que los progenitores de hijos con habilidades diferentes deberán optar por implementar técnicas para enfrentar al estrés parental que vivifican y lograr consolidarse en el camino de la resiliencia.

Palabras clave

Estrés parental ¹, resiliencia ², estrategias de afrontamiento ³, habilidades diferentes ⁴ padres de familia ⁵

Abstract

The main objective of this study was to determine whether there is a significant relationship between resilience, coping strategies and parental stress in parents of children with different abilities. A quantitative, correlational structure was used; in addition to being recorded under a non-experimental design. The sample was 150 parents of children with different abilities from the city of Tarapoto, 48 (32.0%) men and 102 (68.0%) women; whose ages of both sexes ranged from 26 to 66 years. To evaluate the variables of this research, the Brief Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC 10) was used; the Coping Strategies Questionnaire COPE-28; finally, the Parental Stress Questionnaire. The results showed that 15.2% of the participants present a high degree of stress; In contrast to the level of resilience where 59.6% have a low level and a positive correlation was found between resilience and coping strategies according to the Pearson coefficient with a value equal to $r = 0.415$, with a bilateral significance of $p = < .001$, being a moderate and direct correlation. It was concluded that parents of children with different abilities should choose to implement techniques to cope with parental stress that invigorate and achieve consolidation on the path of resilience.

Keywords

Parental stress ¹, resilience ², coping strategies ³, different abilities ⁴ parents ⁵

I Introducción

El estrés parental es un proceso que genera reacciones agobiantes por tratar de adaptarse a las exigencias de la crianza de los hijos, sumado al asumir responsabilidades (Fu et al., 2023).

Asimismo, se menciona que es una de las principales afectaciones en padres de menores con habilidades diferentes (Lievore et al., 2024). Siendo mayor en las madres (64%) que en los padres (33%) (Mbatha & Mokwena, 2023). El Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2021), anuncia lo siguiente, en Perú 3 de cada 10 progenitores de niños con habilidades diferentes mostraron un elevado estrés parental.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, para Sánchez y Mera (2023) son métodos que permiten enfrentar situaciones críticas, pero cuando no se aplican correctamente conllevan a que los padres activen formas de afrontamiento erróneo como la evitación o la dependencia (Ni'matuzahroh et al., 2021; Selvakumar & Panicker, 2020). Alós et al. (2022) encontró que los progenitores de menores con habilidades diferentes ejercen estrategias de evitación generando sentimientos de tristeza, soledad e impotencia. Chanduvi (2022) menciona que el afrontamiento activo, la estrategia de reinterpretación y de planificación permite manejar su situación familiar de manera positiva, pero en los padres que usan estrategias dependientes se vuelven inseguros y necesitados en el cuidado de sus hijos.

Por otro lado, la resiliencia es un procedimiento dinámico que abarca una adaptación positiva en un entorno adverso, que incluye actitudes, creencias y habilidades personales, permitiendo afrontar con éxito los problemas, equilibrando los factores de riesgo y protección (Ghanouni & Eves, 2023). Los padres resilientes son receptivos a las necesidades continuas del niño con habilidades diferentes (Singh & Kumar, 2022), sin embargo, factores de riesgo, como la seriedad de los síntomas, las necesidades físicas y emocionales de los hijos, las dificultades financieras, el apoyo de la pareja, contribuyen a que no cuenten con esta habilidad, aumentando su estrés (Chiroque-Pisconte, 2020), en cambio los factores de apoyo como la cohesión familiar, la aceptación de las necesidades de su hijo y el compromiso positivo, habilitan la mejora de resiliencia en los padres (Salazar, 2018), y el Ministerio de Salud menciona que la resiliencia requiere de diversos factores como la personalidad y el temperamento de los padres, el ambiente familiar, sus capacidades económicas, entre otros.

Por ejemplo, en Rusia, Odintsova et al. (2023) estudiaron las manifestaciones de resiliencia y técnicas para afrontarlo en padres de menores con discapacidad. Los resultados revelaron el nexo entre las variables (0.000) y que las estrategias más usadas fueron retirada mental del problema, negación, atención conductual; por otro lado, la resiliencia se registró en niveles bajos (57%). En conclusión, ciertas estrategias generan problemáticas en el cuidado de los niños con habilidades diferentes.

De igual forma, Chanduvi (2022) en Lambayeque, evaluó el nexo entre estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de hijos con habilidades diferentes. Los análisis indican una asociación significativa entre variables (.644; .000); el nivel de estrés parental fue medio (67.5%) y las estrategias más usadas fueron afrontamiento activo (18%) y estrategia de planificación (16%). Como conclusión las estrategias de afrontamiento adecuadas permiten que se maneje el estrés parental producido en los padres de familia.

2 Materiales y métodos

2.1 Diseño metodológico

El estudio fue de enfoque cuantitativo, debido a que los constructos estudiados son medibles a través de valores cuantificables ayudando a detallar, explicar y predecir el comportamiento de estos fenómenos. Asimismo, es descriptivo, ya que muestra como finalidad el determinar los valores porcentuales de cada

variable investigada tras el recojo de información. Siguió una metodología correlacional, estableciendo como propósito la búsqueda de asociación entre las tres variables de investigación consignadas como resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental (Ato, 1991). Se seleccionó un diseño no experimental, esto es descrito por Ato y Vallejo (2007) como un estudio donde ninguna de las variables estará expuesta a cambios o alteraciones. Por último, se consideró como un estudio transversal, a causa de que la recolección de data se realizará en un único momento durante la totalidad del desarrollo investigativo.

2.2 Participantes

La muestra fue de 150 progenitores de niños con habilidades diferentes de la ciudad de Tarapoto; cumpliendo con ciertos parámetros para ser analizada (Arias & Covinos, 2021). El muestreo se definió, como la agrupación con particularidades similares, representativas del grupo al cual pertenecen (Hernández & Mendoza C., 2018). Por esta razón, se utilizó un tipo de muestreo probabilístico aleatorio simple, dado que la totalidad de los participantes contaron con la posibilidad de formar parte de la investigación.

2.3 Instrumentos

Escala Breve de Resiliencia (CD-RISC 10)

Para la evaluación de la variable Resiliencia se consideró el instrumento validado en Perú por Bernaola et al. (2022). Consta de 10 ítems y es unidimensional, donde el AFE arrojó un aceptable valor en $KMO = 0.89$ y $Bartlett = 1344.8$ ($p < .000$); es aplicable en mayores de 16 años. Tiene una escala Likert de 0 a 4, donde 0 es nunca y 4 es siempre, en cuanto a los valores de puntuación el nivel bajo es de 0 a 15, nivel medio de 16 a 30 y nivel alto de 31 a 40. Registró valores de confiabilidad óptimos, la totalidad de ítems poseen cargas factoriales superiores a .35; sobre el AFC se mostraron valores aceptables en chi-cuadrado (2.438), RMSEA (0.70) SRMR (0.47), CFI (.915) y TLI (.934) y finalmente la confiabilidad se registró por Alfa de Cronbach (.827) y Omega de McDonald (.827).

Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento COPE-28

Se consideró el instrumento validado en contexto peruano por Delgado et al. (2023). Cuenta con 28 ítems y cuatro dimensiones que son afrontamiento cognitivo, apoyo social, bloqueo de afrontamiento y espiritual, donde el análisis exploratorio arrojó un valor adecuado en $KMO = 0.81$ y $Bartlett = 1128.2$ ($p < .000$); es aplicable en mayores de 15 años. Tiene una escala Likert de 0 a 3, donde 0 es no, en absoluto y 3 es mucho. Además, las correlaciones ítem-test oscilaron entre 0,223 y 0,508; $p < 0,05$, siendo de un valor aceptable; en el AFC se mostraron valores aceptables en chi-cuadrado (2.237), RMSEA (0.74) SRMR (0.69), CFI (.92) y TLI (.88) y finalmente la confiabilidad se registró por Alfa de Cronbach, donde los estilos de afrontamiento registraron valores entre 0.74 a 0.82 y las estrategias de afrontamiento indican valores de 0.58 a 0.93.

Cuestionario de Estrés Parental

El cuestionario de Estrés Parental ha sido validado en la población peruana por Burga y Sánchez (2016). Cuenta con 24 ítems y tres dimensiones que son malestar paterno, interacción disfuncional padre-hijo y niño difícil. Respecto a las propiedades psicométricas originales se indica que el análisis exploratorio arrojó un valor adecuado en $KMO = 0.88$ y $Bartlett = 3601.5$ ($p < .001$); en el AFC se mostraron valores aceptables en chi-cuadrado (2.458), RMSEA (0.77) SRMR (0.65), CFI (.90) y TLI (.84) y finalmente la confiabilidad se registró por Alfa de Cronbach, donde arrojó un valor de 0.89 y en las dimensiones vario de 0.77 a 0.87; es aplicable en mayores de 18 años. Tiene una escala Likert de 1 a 5, donde 1 es muy en desacuerdo y 5 es muy de acuerdo.

Recolección y análisis de datos

Para la recolección de los datos se empleó como técnica la encuesta, la cual según (Hernández & Mendoza C., 2018), permite la recopilación de datos de forma eficaz y rápida. Los instrumentos de medición fueron aplicados a los padres de niños con habilidades diferentes mediante un formulario virtual, creado en Google Forms que sirvió para un mejor manejo del llenado de la información y la comodidad de los participantes. Posteriormente, dicha data se ingresó en una sábana de datos mediante el programa Microsoft Excel, ingresando la totalidad de respuestas de los evaluados y para obtener los valores totales de las variables. Respecto al análisis de datos, se traspasó esa información obtenida al programa estadístico Jamovi, además se aplicó asimetría y curtosis, verificando una distribución normal, ante ello se utilizó el estadístico de Pearson.

2.4 Aspectos éticos

Respecto a los aspectos éticos, el presente estudio consideró el Código de Ética para la psicología aplicada al ámbito nacional a través del Colegio de Psicólogos del Perú (CPP, 2018), debido a que explica los parámetros del autor, mencionando que se debe otorgar esencial relevancia a la integridad general de los participantes de la investigación frente a problemáticas que puedan poner en riesgo su salud física o emocional; además se tomó en cuenta la responsabilidad, ya que los autores planificaron debidamente el proceso a efectuar en su estudio, previniendo cualquier contexto de emergencia, ejecutando soluciones efectivas, que permitan seguir con el estudio; por otro lado, se debe sumar el cumplimiento de la normativa en cuanto a la investigación en humanos, especificando que se cumple y sigue ese lineamiento, sin pretender alterar algún aspecto; además de la confidencialidad, donde se empleó la información recopilada, solo para fines del estudio, sin revelar la información privada de los participantes; y se consideró el uso del consentimiento informado, que demuestra la participación voluntaria de los padres, por último, se menciona como punto relevante la carta enviada al comité de ética para verificar el cumplimiento de los parámetros de investigación en el presente estudio.

3 Resultados

3.1 Análisis descriptivo

La Tabla I, presenta análisis estadísticos descriptivos de las variables, donde se observa que todas las variables tienen asimetría y curtosis dentro de los rangos de normalidad aceptables (-1.5 a 1.5), podemos asumir que las distribuciones no están muy alejadas de la normalidad, es decir las variables están dentro de un rango de normalidad aceptable (Hernández & Mendoza C., 2018).

Tabla I

Análisis descriptivos de las variables

	Me	D	Asim	Curt
Resiliencia	1.1	0.8	0.7	-0.7
Estrés parental	1.5	0.7	1.0	-0.3
Estrategias de afronta	1.4	0.5	0.6	-0.6

3.2 Análisis de correlación

La Tabla 2, se aprecia el resultado del coeficiente de Pearson para la prueba de la contrastación de la hipótesis, tuvo una significancia bilateral de $p < .001$ valor que es menor a ($p < 0.05$), demostrando que son totalmente confiables que logran demostrar la realidad, por consiguiente, se puede observar una correlación positiva moderada y directa entre resiliencia y estrategias de afrontamiento en progenitores de niños con habilidades diferentes, es decir a mayor grado de resiliencia mayor o mejor será la aplicación de las estrategias de afrontamiento. Por otro lado, el resultado del coeficiente de Pearson tuvo una significancia bilateral de $p = .001$ valor que es menor a ($p < 0.05$). En conclusión, existe una correlación negativa baja e inversa entre resiliencia y estrés parental en progenitores de niños con habilidades diferentes, es decir a mayor grado de resiliencia, menores serán los grados de estrés parental.

Tabla 2

Análisis de correlación de las variables

		Estrés par	Estrategias de afrontam
Resiliencia	gl	148	148
	valor	<.001	<.001

3.3 Análisis complementario

En la tabla 3, se observa el 64.2% de los padres tienen un nivel de estrés parental bajo, el 20.5% de los padres presenta un nivel medio; no obstante, el 15.2% presenta un nivel alto de estrés parental en progenitores de niños con habilidades diferentes.

Tabla 3

Resultados de los niveles de estrés parental en progenitores de niños con habilidades diferentes

Estrés parental	Frecuencia	% del total
Bajo	97	64.2
Medio	31	20.5
Alto	32	15.2

En la tabla 4, el 55.0% de los padres tienen un nivel de estrategias de afrontamiento bajo, el 41.7% de los padres presenta un nivel medio; no obstante, el 3.3% presenta un nivel alto de estrategias de afrontamiento en progenitores de niños con habilidades diferentes.

Tabla 4

Resultados de los niveles de estrategias de afrontamiento en progenitores de niños con habilidades diferentes

Estrategias de afrontamiento	Frecuencia	% del total
Bajo	83	55.0

Medio	63	41.7
Alto	5	3.3

En la tabla 5, el 59.6% de los padres tienen un nivel de resiliencia bajo, el 15.9% de los padres presenta un nivel medio; no obstante, el 24.5% presenta un nivel alto de resiliencia en progenitores en niños con habilidades diferentes.

Tabla 5

Resultados de los niveles de resiliencia en padres de familia de niños con habilidades diferentes

Resiliencia	Frecuencia	% del total
Bajo	90	59.6
Medio	24	15.9
Alto	37	24.5

En la tabla 6, se observa el resultado del coeficiente de Pearson para la prueba de la contrastación de la hipótesis que es de $r = 0.491$, con una significancia bilateral de $p < .001$ valor que es inferior a ($p < 0.05$), corroborando que los resultados son totalmente confiables, ya que demuestran la realidad. Concluyendo que, existe una correlación positiva moderada y directa entre resiliencia y estrategias de afrontamiento en progenitores de niños con habilidades diferentes. Es decir, mayor o mejor nivel de la aplicación de estrategias de afrontamiento, mayor será el grado de resiliencia.

Tabla 6

Relación entre resiliencia y estrategias de afrontamiento en padres de familia de niños con habilidades diferentes

	Resiliencia	Estrategias de afrontamiento
Resiliencia	R de Pearson	
	gl	
	valor p	
Estrategias de afrontamiento	R de Pearson	
	gl	
	valor p	

En la tabla 7, El resultado del coeficiente de Pearson para la prueba de la contrastación de la hipótesis es de $r = -0.397$, con una significancia bilateral de $p = .001$ valor que es inferior a ($p < 0.05$), demostrando que los resultados son totalmente confiables, ya que demuestran la realidad. Concluyendo que existe, una correlación negativa débil e inversa entre resiliencia y estrés parental en apoderados de niños con habilidades diferentes. Es decir, mayor o mejor nivel de resiliencia, menores serán los grados de estrés parental.

Tabla 7*Relación entre resiliencia y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes*

		<i>Resiliencia</i>	<i>Estrés parental</i>
<i>Resiliencia</i>	<i>R de Pearson</i>	—	
	<i>gl</i>	—	
	<i>valor p</i>	—	
<i>Estrés parental</i>	<i>R de Pearson</i>	-0.397	—
	<i>gl</i>	148	—
	<i>valor p</i>	<.001	—

4 Discusión

Los resultados de esta investigación confirman que existe una relación significativa entre resiliencia y estrategias de afrontamiento, así como técnicas para enfrentarlo, en responsables parentales de niños con habilidades diferentes con una significancia bilateral de $p < .001$ valor que es menor a ($p < 0.05$). Por otro lado, se halló una relación significativa entre resiliencia y estrés parental en progenitores de niños con habilidades diferentes con una significancia bilateral de $p = .001$ valor inferior a ($p < 0.05$). Por lo que se discuten a partir de las teorías y antecedentes para el estudio, futuras investigaciones en psicología y sus aplicaciones prácticas.

Los resultados se asemejan según lo hallado por Odintsova et al. (2023) quién demostró que las estrategias de afrontamiento influyen de manera significativa en la resiliencia, dado que obtuvieron un valor igual a 0.000 ($p < 0.05$). Por otra parte, Soto (2023), evidenció que para reducir el nivel de estrés es necesario la aplicación de recursos psicológicos. Este hallazgo complementa el presente estudio al subrayar la importancia de la resiliencia como un factor que se ve afectado por la capacidad de los progenitores para gestionar el estrés y aplicar estrategias de afrontamiento efectivas.

Respecto al primer objetivo se hizo un hallazgo de que la mayoría de los padres de familia tienen un nivel de estrés parental bajo (64.2%). Referente a las estrategias de afrontamiento, el mayor porcentaje fue del 55.0%, ello indica que los padres presentan un nivel bajo. En relación a la resiliencia en padres de niños con habilidades diferentes, el 59.6% representa la mayor parte que presenta un nivel bajo. Aunque una mayoría de los padres registraron niveles bajos de estrés parental, esto es algo bueno, pero también tienen problemas importantes con sus habilidades de afrontamiento y resiliencia. Estos hallazgos sugieren que los padres podrían carecer de las habilidades y la fuerza emocional necesarias para manejar de manera efectiva las complejidades de sus circunstancias, a pesar de no sentirse excesivamente estresados.

En esta misma instancia los resultados del segundo objetivo arrojaron que existe una correlación positiva moderada y directa entre resiliencia y estrategias de afrontamiento en progenitores de niños con habilidades diferentes con un valor igual a $r = 0.491$, con una significancia bilateral de $p < .001$ valor que es inferior a ($p < 0.05$). Estos resultados son diferentes a lo hallado por Rajan y Romate (2022) quienes revelaron una correlación inversa significativa entre la resiliencia y el afrontamiento centrado en las emociones (-0.43) y una relación positiva entre la resiliencia y el afrontamiento centrado en los problemas (0.59). Para fomentar la resiliencia, es más beneficioso centrarse en estrategias de afrontamiento orientadas a la solución de problemas en lugar de aquellas centradas en las emociones. La resiliencia parece ser más

fuerte cuando los individuos no solo manejan sus emociones, sino que también toman medidas efectivas para abordar y resolver los problemas que enfrentan.

En relación al tercer objetivo se encontró que existe una correlación negativa muy baja e inversa entre resiliencia y estrés parental en progenitores de niños con habilidades diferentes con un valor igual a $r = -0.397$, con una significancia bilateral de $p = .001$ valor que es inferior a ($p < 0.05$). Ello confirma que la resiliencia es un procedimiento dinámico que abarca una adaptación positiva en un entorno adverso, que incluye actitudes, creencias y habilidades personales, permitiendo afrontar con éxito los problemas, equilibrando los factores de riesgo y protección (Ghanouni & Eves, 2023). Es decir, las estrategias efectivas ayudan a los padres a enfrentar y resolver problemas, manejar sus respuestas emocionales y reducir la intensidad del estrés. A su vez, una mayor resiliencia permite a los padres manejar el estrés de manera más efectiva, creando un ciclo positivo de adaptación y bienestar.

Entre las implicancias prácticas de esta investigación se encuentra que las autoridades promuevan capacitaciones para transformar el estrés parental es una vía para forjar la resiliencia indispensable, dado que los campos de apoyo contribuyen a incentivar en las personas una mejor forma de abordar el malestar y estrés parental, siendo los propios afectados quienes desarrollen la capacidad de un equilibrio emocional y recuperar la confianza en sí mismo. De igual forma, para encaminar al padre del menor con una habilidad diferente se requiere de la implementación de estrategias de afrontamiento, siendo importante que la técnica empleada se ajuste o sea adecuada a la situación que están viviendo los padres de familia, con el propósito de fortalecer la capacidad de enfrentar retos adversos. Para ello se recomienda el diseño de talleres encaminadas a diagnosticar el estrés parental y la forma en la que podrá ser trabajado.

Entre las limitaciones de esta investigación se contempló que el número de participantes incluidos en la investigación fue muy extenso, implicó múltiples horas para la aplicación del cuestionario y obtener los hallazgos necesarios para ser comprobados en el estudio. Asimismo, se apreció que, durante la aplicación de los instrumentos, la mayoría de los padres de niños con habilidades diferentes no tenían una gran disposición de tiempo para contestar el instrumento, por lo tanto, se estimó un tiempo de duración para su participación en la investigación. Asimismo, desde un nivel teórico, existen escasas fuentes de información para profundizar sobre las bases teóricas del estrés parental, las estrategias de afrontamiento y la resiliencia.

Para los estudios futuros es importante considerar extender una invitación a la comunidad académica a articular esfuerzos para profundizar sobre las estrategias de afrontamiento como soluciones orientadas al apoyo del estrés parental, producida a causa de situaciones difíciles entorno a los menores que tienen habilidades diferentes, que ameritan de un apoyo y orientación; coadyuvando las estrategias con una mayor adaptabilidad y autoconfianza en los padres.

En conclusión, según los datos y resultados obtenidos en esta investigación se demostró lo esencial que resulta implementar técnicas que colaboren con los padres de niños con habilidades diferentes, entre las cuales se sitúa la aceptación, religión, el apoyo emocional, afrontamiento y planificación que coadyuva con la regulación emocional e incentiva a una firmeza en los padres para hacer frente a la situación dificultosa.

5 Conflicto de intereses

Los investigadores declaran que la investigación se llevó a cabo sin la presencia de relaciones comerciales o financieras que pudieran interpretarse como un conflicto de interés.

6 Contribuciones de los autores

L.D.R.A, Y.F.M. y M.D.S.; el desarrollo de la investigación, metodología, análisis, recursos, curación de los datos, preparación del borrador original; R.A.G.P.; revisión y edición, supervisión, Todos los autores han leído y aceptado la versión publicada del manuscrito.

7 Financiamiento

Fue financiado por los investigadores.

8 Agradecimientos

A las diversas instituciones educativas y padres de familia de niños con habilidades diferentes que colaboraron para la recolección de datos y desarrollo de esta investigación.

Referencias

- Abidin, R. (1995). Parenting Stress Index-Short Form (PSI-SF): Professional Manual. Psychological Assessment Resources.
- Alós, F., García, A., & Maldonado, M. (2022). Coping strategies in parents of children with disabilities: A case-control study. *Brain and Behavior, 12*(8). <https://doi.org/10.1002/brb3.2701>
- Arias, J., & Covinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación* (Primera edición). Enfoques Consulting EIRL. https://repositorio.concytec.gob.pe/bitstream/20.500.12390/2260/1/Arias-Covinos-Dise%C3%B1o_y_metodologia_de_la_investigacion.pdf
- Ato, M. (1991). *Investigación de Ciencias del Comportamiento*. <https://www.casadellibro.com/libro-investigacion-en-ciencias-del-comportamiento-i-fundamentos/9788476659267/335515>
- Ato, M., & Vallejo, G. (2007). *Diseños experimentales y no experimentales en Psicología* (4th ed., Vol. 19.). Ediciones Pirámide. <https://www.psicothema.com/pdf/49R.pdf>
- Bernaola, A., Garcia, M., Martinez, N., Ocampos, M., & Livia, J. (2022). Validez y confiabilidad de la Escala Breve de Resiliencia Connor-Davidson (CD-RISC 10) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Ciencias Psicológicas*. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i1.2545>
- Burga, A., & Sánchez, G. (2016). Ajuste del modelo Rasch de Escala de Valoración al Cuestionario de Estrés Parental, versión abreviada. *Persona, 19*(1), 77–90. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147149810005>
- Caples, M., Martin, A., Dalton, C., Marsh, L., Savage, E., Knafl, G., & Van Riper, M. (2018). Adaptation and resilience in families of individuals with down syndrome living in Ireland. *British Journal of Learning Disabilities, 46*(3), 146–154. <https://doi.org/10.1111/bld.12231>
- Carver, C., Sheir, M., & Weintraub, J. (1989). *Cuestionario de modos de afrontamiento de estrés* (Segunda Edición).









- Chanduvi, L. (2022). *Estrés parental y estrategias de afrontamiento en padres de familia de una institución educativa en tiempos de pandemia. Cartavi-2020* [Tesis, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/10615>
- Chen, R., & Yu, M. (2024). Emerging resilience: stress and coping strategies in Chinese families living with children with disabilities. *Disability & Society*, 39(9), 2426–2446. <https://doi.org/10.1080/09687599.2023.2215391>
- Chiroque-Pisconte, M. M. (2020). Niños con discapacidad: resiliencia y calidad de vida según la experiencia de los padres. *CASUS. Revista de Investigación y Casos En Salud*, 5(2), 50–59. <https://doi.org/10.35626/casus.2.2020.235>
- Connor, K., & Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- CPP. (2018). *Colegio de Psicólogos del Perú. Código de ética profesional del psicólogo peruano*. https://sipsych.org/wp-content/uploads/2015/09/Peru_-_Codigo_de_Etica.pdf
- Delgado, N., Castillo, J., & Cerda, L. (2023). Psychometric properties of the Stress Coping Scale Brief-COPE 28 in a Peruvian population. *Interacciones*, e333. <https://doi.org/10.24016/2023.v9.333>
- Fernández, I., Pastor, G., & Botella, P. (2016). ESTRÉS Y AFRONTAMIENTO EN FAMILIAS DE HIJOS CON TRASTORNO DE ESPECTRO AUTISTA. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 4(1), 425. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v4.630>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2021). *La mitad de los padres, madres o cuidadores en el Perú sufre de ansiedad, depresión o estrés*. <https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/mitad-padres-madres-cuidadores-peru-sufre-ansiedad-estres-depresion-pandemia-covid19>
- Fu, W., Li, R., Zhang, Y., & Huang, K. (2023). Parenting Stress and Parenting Efficacy of Parents Having Children with Disabilities in China: The Role of Social Support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2133. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032133>
- Ghanouni, P., & Eves, L. (2023). Resilience among Parents and Children with Autism Spectrum Disorder. *Mental Illness*, 2023, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2023/2925530>
- Hernández, R., & Mendoza C. (2018). *Metodología de la Investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Mc Graw Hill. <http://repositorio.uasb.edu.bo:8080/handle/54000/1292>

- Higgins, L., Mannion, A., Chen, J. L., & Leader, G. (2023). Adaptation of Parents Raising a Child with ASD: The Role of Positive Perceptions, Coping, Self-efficacy, and Social Support. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 53(3), 1224–1242. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05537-8>
- Lievore, R., Lanfranchi, S., & Mammarella, I. (2024). Parenting stress in autism: do children's characteristics still count more than stressors related to the COVID-19 pandemic? *Current Psychology*, 43(3), 2607–2617. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04441-3>
- Madarevic, M., van Esch, L., Lambrechts, G., Ceulemans, E., Van Leeuwen, K., & Noens, I. (2022). Parenting behaviours among mothers of pre-schoolers on the autism spectrum: Associations with parenting stress and children's externalising behaviour problems. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 90, 101901. <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2021.101901>
- Mbatha, N., & Mokwena, K. (2023). Parental Stress in Raising a Child with Developmental Disabilities in a Rural Community in South Africa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 3969. <https://doi.org/10.3390/ijerph20053969>
- Ni'matuzahroh, Suen, M.-W., Ningrum, V., Widayat, Yuniardi, M., Hasanati, N., & Wang, J.-H. (2021). The Association between Parenting Stress, Positive Reappraisal Coping, and Quality of Life in Parents with Autism Spectrum Disorder (ASD) Children: A Systematic Review. *Healthcare*, 10(1), 52. <https://doi.org/10.3390/healthcare10010052>
- Odiaga, G., & Vasquez, J. (2022). *Estrés parental en padres de hijos con y sin habilidades diferentes en la ciudad de Cajamarca, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://hdl.handle.net/11537/33071>
- Odintsova, M., Lubovsky, D., Gusarova, E., & Ivanova, P. (2023). Resilience, self-activation and coping strategies of mothers in the of their children's disability. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 31(1), 79–106. <https://doi.org/10.17759/cpp.2023310104>
- Puchol, I., Fernández, M., Pastor, G., Sanz, P., & Herraiz, E. (2016). RELACIÓN ENTRE ESTRÉS PARENTAL Y HABILIDADES LINGÜÍSTICAS EN NIÑOS CON TEA. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 105. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v1.353>
- Rajan, A., & Romate, J. (2022). Resilience and Coping by Parents of Children with Intellectual Disability in Kerala, South India. *Disability, CBR & Inclusive Development*, 33(3), 25. <https://doi.org/10.47985/dcidj.524>
- Salazar, M. (2018). Padres de niños con discapacidad. Relación y diferencias entre inteligencia emocional y resiliencia. *Revista Casus*, 2(3), 156–162. <https://casus.ucss.edu.pe/index.php/casus/article/view/50/40>

- Sánchez, H., & Mera, R. (2023). Estrategias de afrontamiento y resiliencia en padres de niños con discapacidad de la Unidad Educativa Especializa Fiscomisional “Juan Pablo II.” *Polo Del Conocimiento*, 8(4). 10.23857/pc.v8i4
- Selvakumar, N., & Panicker, A. S. (2020). Stress and Coping Styles in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorder. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 42(3), 225–232. https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM_333_19
- Singh, K., & Kumar, A. (2022). Resilience in Mothers having Children with Disabilities. *Chettinad Health City Medical Journal*, 11(03), 23–29. <https://doi.org/10.24321/2278.2044.202225>
- Soto, L. (2023). Estrategias de afrontamiento del estrés en padres con hijos con discapacidad intelectual en el Callao, Perú. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(14), 30–41. <https://doi.org/10.33996/repsi.v6i14.87>
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165–178. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498/>
- Yaacob, W., Yaacob, L., Zulkifli, M., & Muhamad, R. (2022). A Journey towards Resilience: Coping Strategies Adopted by Parents with Children Having Autism Spectrum Disorder in Northeast Malaysia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 2458. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042458>

Anexos

a) Evidencia de sumisión a la revista Apuntes Universitarios (AU)

 noreply-ojs
Para:  leydiramirez      

Mar 17/09/2024 18:44

Estimado(a) Dr. Leydi Dayan Ramirez Arévalo,

Le informamos que hemos recibido correctamente el manuscrito titulado "Resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes" enviado a Apuntes Universitarios. Queremos agradecerle por considerar nuestra revista como medio para la difusión de su investigación.

El manuscrito será sometido a un proceso de revisión preliminar por parte del equipo editorial para garantizar que cumple con las directrices y estándares de la revista. Posteriormente, será enviado a revisión por pares. Lo(a) mantendremos informado(a) sobre el progreso de la revisión y cualquier otra información relevante relacionada con su envío. Para hacer seguimiento al estado de su manuscrito, puede utilizar el siguiente enlace:



URL del manuscrito: <https://apuntesuniversitarios.upeu.edu.pe/index.php/revapuntes/authorDashboard/submission/1758>

Agradecemos su paciencia durante este proceso y ante cualquier consulta o inquietud que pueda surgir, no dude en contactarnos.

Comite Editor Apuntes Universitarios
apuntesuniversitarios@upeu.edu.pe

Atentamente,

Equipo Editorial
Apuntes Universitarios.
apuntesuniversitarios@upeu.edu.pe

 Responder  Reenviar

b) Resolución del PASO 1 Aprobación del Perfil de Proyecto de Tesis



"Año del bicentenario, de la consolidación de nuestra independencia y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

RESOLUCIÓN N° 0073-T-2024/UPeU-FCS-CF

Lima, Ñaña, 21 de mayo de 2024

VISTO:

El expediente de **LEYDI DARYAN RAMIREZ AREVALO**, identificado(a) con Código Universitario N° 201910448, **YHONY FLORES MAMANI**, identificado(a) con Código Universitario N° 201220363 y **MARIA DIAZ SOTO**, identificado(a) con Código Universitario N° 201812193, de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión;

CONSIDERANDO:

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la aprobación e inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo y la designación o nombramiento del asesor para la obtención del título profesional;

Que **LEYDI DARYAN RAMIREZ AREVALO**, **YHONY FLORES MAMANI** y **MARIA DIAZ SOTO**, han solicitado la inscripción del perfil de proyecto de tesis titulado: "Resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes de la ciudad de Tarapoto, 2023", y la designación del Asesor, encargado de orientar y asesorar la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 21 de mayo de 2024 y en aplicación del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

SE RESUELVE:

Aprobar el perfil de proyecto de tesis en formato artículo titulado: "Resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes de la ciudad de Tarapoto, 2023", y disponer su inscripción en el registro correspondiente, designar al **Mg. Ricardo Alberto Gómez Paredes** como **ASESOR**, para que oriente y asesore la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo el cual fue dictaminado por: Psic. María Angelica Aponte Olano y Mtra. Celina Ramirez Vega, otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Dra. Lili A. Fernández Molocho
DECANA



Mg. María Estner Valencia Orrillo
SECRETARIA ACADÉMICA

c) Carta del Comité de Ética



Lima, Ñaña, 06 de mayo de 2024

EL COMITÉ DE ÉTICA Y BIOÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LASALUD

CONSTA

Que el proyecto de investigación de Leydi Dayan Ramirez Arévalo identificado (a) con DNI No. 71845636, Yhony Flores Mamani identificado (a) con DNI No. 70304726 y María Díaz Soto identificado (a) con DNI No. 72035080 y su asesor (a) el Mg. Ricardo Alberto Gómez Paredes identificado (a) con DNI No. 06050170 con el título: **“Resiliencia, estrategias de afrontamiento y estrés parental en padres de familia de niños con habilidades diferentes de la ciudad de Tarapoto, 2023”**, fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética y Bioética de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud; considerando su calidad científica, bienestar de los participantes, y en conformidad con los estándares éticos establecidas en el Código de ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión (CoEIn - UPeU).

Para mantener la aprobación del Comité de Ética y Bioética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

1. Cada participante debe dar su consentimiento informado. Los menores de edad deben registrar su asentimiento informado bajo el consentimiento de uno de sus padres o tutores legales, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos, se debe contar con la carta de autorización de la institución para el uso de los datos, si no es de acceso público.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2024-CEB-FCS - UPeU-«N°053»**

Fecha de aprobación: 2024-mayo 06
Fecha de expiración: 2025-mayo 06



Bio. José Luis Yareta Yareta
Presidente
Comité de Ética y Bioética - FCS



Lic. Daysi Brañez Hermitaño
Secretaria
Comité de Ética y Bioética - FCS

Villa Unión – Ñaña, altura Km. 19 de la Carretera Central, Lurigancho-CHOSICA, Lima 15, Perú
Teléfono (01) 618-6300 Fax: 6186339 Casilla 3564 Web: www.upeu.edu.pe Email: universidadperuanaunion@upeu.edu.pe

d) Instrumentos de recolección de datos

Cuestionario de Estrés Parental- Versión Peruana (2015)

Edad :

Sexo : Hombre () - Mujer ()

Diagnóstico: Autismo () Discapacidad Auditiva () Síndrome de Down () Retraso Mental () Parálisis Cerebral () Multidiscapacidad ()
Otros ()

Gracia Sanchez-Griñan Martínez del Solar - Cuestionario de Estrés Parental, nueva versión peruana (2015)

CEP (PSI-SF)

No olvide que: MA=Muy de acuerdo A=De acuerdo NS=No estoy seguro D=En desacuerdo MD=Muy en desacuerdo

		MA	A	NS	D	MD
1	Siento que dejo más cosas de mi vida de lo que pensé para satisfacer las necesidades de mi hijo(a)					
2	Me siento atrapado por mis responsabilidades como madre/padre					
3	Desde que he tenido este hijo(a), he sido incapaz de hacer cosas nuevas					
4	Desde que he tenido este hijo (a), siento que he dejado de hacer las cosas que me gustan					
5	Tener un hijo(a) me ha causado más problemas de los que esperaba en mis relaciones con otras personas					
6	Antes de tener a mi hijo(a) estaba más interesado(a) por la gente					
7	Antes de tener a mi hijo(a) disfrutaba más de las cosas					
8	Siento que mi hijo(a) quiere estar lejos de mí					
9	Mi hijo(a) me sonríe menos de lo que yo esperaba					
10	Me parece que el ritmo de aprendizaje de mi hijo(a) es más lento que el de otros niños					
11	Me parece que mi hijo(a) sonríe menos que los otros niños					
12	Mi hijo(a) hace menos cosas de las que yo esperaba					
13	A mi hijo(a) le resulta difícil acostumbrarse a situaciones nuevas					
14	Mi hijo(a) parece llorar más a menudo que la mayoría de los niños					
15	Mi hijo(a) se despierta de mal humor					
16	Siento que mi hijo(a) se enoja con facilidad					
17	Mi hijo(a) hace cosas que me molestan mucho					
18	Mi hijo(a) reacciona mal cuando sucede algo que le desagrada					
19	Mi hijo(a) se molesta fácilmente por las cosas más insignificantes					
20	<p>Marque una sola opción</p> <p>He observado que lograr que mi hijo(a) me obedezca es:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mucho más difícil de lo que me imaginaba 2. Algo más difícil de lo que esperaba 3. Como esperaba 4. Algo menos difícil de lo que esperaba 5. Mucho más fácil de lo que esperaba 					
21	<p>Escriba en las líneas punteadas, y luego cuente, el número de cosas que le molesta que haga su hijo (a) (demasiado movido, llora, interrumpe, pelea, etc.). Luego marque en la columna de la derecha el número que indica el conjunto de cosas que haya contado.</p> <p>_____</p>	10+	8-9	6-7	4-5	1-3
22	Las cosas que hace mi hijo(a) me fastidian mucho					
23	Mi hijo(a) se ha convertido en un problema mayor de lo que yo esperaba					
24	Mi hijo(a) me demanda más de lo que exigen la mayoría de niños					

Cuestionario de Estrategias de afrontamiento COPE-28

Cuestionario COPE- 28

(Según el original de Carver, 1997). Traducido por Consuelo Morán y Dionisio Manga (2010)

INSTRUCCIONES. Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras. Ponga 0, 1, 2 o 3 en el espacio dejado al principio, es decir, el número que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema. Gracias.

0 = No, en absoluto	1 = Un poco	2 = Bastante	3 = Mucho
---------------------	-------------	--------------	-----------

1. ----- Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.
2. ----- Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.
3. ----- Acepto la realidad de lo que ha sucedido.
4. ----- Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.
5. ----- Me digo a mí mismo "esto no es real".
6. ----- Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.
7. ----- Hago bromas sobre ello.
8. ----- Me critico a mí mismo.
9. ----- Consigo apoyo emocional de otros.
10. ----- Tomo medidas para intentar que la situación mejore.
11. ----- Renuncio a intentar ocuparme de ello.
12. ----- Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.
13. ----- Me niego a creer que haya sucedido.
14. ----- Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.
15. ----- Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.
16. ----- Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.
17. ----- Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.
18. ----- Busco algo bueno en lo que está sucediendo.
19. ----- Me río de la situación.
20. ----- Rezo o medito.
21. ----- Aprendo a vivir con ello.
22. ----- Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.
23. ----- Expreso mis sentimientos negativos.
24. ----- Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.
25. ----- Renuncio al intento de hacer frente al problema.
26. ----- Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.
27. ----- Me echo la culpa de lo que ha sucedido.
28. ----- Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.

Escala Breve de Resiliencia de Connor – Davidson (2003)

CD – RISC 10

Nombres y Apellidos: _____

Distrito: _____ **Colegio:** _____

Institución educativa: Estatal () Privada () **Grado:** _____ **Sección:** _____

Sexo: Hombre () Mujer () **Edad:** ¿Vives con ambos padres? Sí () No () **Fecha:** _____

INSTRUCCIONES:

A continuación, se presenta una serie de oraciones que reflejan eres en tu vida diaria, marca con un aspa (X) aquella opción de respuesta que te identifica más. Recuerda que no hay respuestas buenas o malas, lee con atención cada de pregunta y contesta lo más sinceramente posible.

Opciones de respuesta:

- 4** = Siempre
- 3** = Casi siempre
- 2** = A veces
- 1** = Rara vez
- 0** = Nunca

Nº	PREGUNTAS	0	1	2	3	4
1	Soy capaz de adaptarme cuando surgen cambios.					
2	Puedo enfrentarme a cualquier cosa.					
3	Tengo tendencia a recuperarme pronto luego de enfermedades, heridas u otras dificultades.					
4	Creo que puedo lograr mis objetivos, incluso si hay obstáculos.					
5	No me desanimo fácilmente ante el fracaso.					
6	Creo que soy una persona fuerte cuando me enfrento a los desafíos y dificultades vitales.					
7	Soy capaz de manejar sentimientos desagradables/dolorosos: Ej. tristeza, temor y enfado.					
8	Bajo presión, me mantengo enfocado/a y pienso claramente.					
9	Cuando me enfrento a los problemas intento ver su lado cómico.					
10	Enfrentarme a las dificultades puede hacerme más fuerte.					