

**UNIVERSIDAD SAN PEDRO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA**



**Inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés  
en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro**  
**Ann Sullivan del Perú, Lima 2017**

**Tesis para obtener el Título de Licenciado en Psicología**

**Autor:**

**Elme Chauca, Marcien Anais**

**Asesor**

**Mg. Benites Morales, Luis**

**Huacho – Perú**

**2018**

PALABRAS CLAVE	Inteligencia, Estrés, Afrontamiento
KEYWORDS	Emotional intelligence, Stress, Coping with stress. Parents of children with different abilities.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	Psicología y educación
ÁREA	Ciencias Sociales
SUBÁREA	Ciencias de la Educación
DISCIPLINA	Educación Especial

**Inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés  
en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro  
Ann Sullivan del Perú, Lima 2017**

## RESUMEN

El estudio tuvo el propósito de hallar la asociación entre inteligencia emocional y los modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes; la investigación es cuantitativa, de diseño no transversal y en nivel descriptiva correlacional. La conformación de la muestra fue de 47 padres del Centro Ann Sullivan. Las herramientas de recogida de datos fueron los cuestionarios de *Inteligencia Emocional de ICE – BARON* adaptando por Nely Ugarriza y *Modos de Afrontamiento (COPE)* de Caerver; et al., adaptado por Casuso. Las hipótesis fueron contrastadas con estadísticos paramétricos o no paramétrico según la distribución de normalidad de la muestra. Se obtuvo como resultado que  $P$  es mayor al valor esperado  $p = 0.177$  ( $P > 0.05$ ), por ello se llega a la conclusión que no se tiene relación significativa entre ambas variables planteadas.

## **ABSTRACT**

The study aimed to find the association between emotional intelligence and ways of coping with stress in parents of children with different abilities; The research is quantitative, non-transversal design and correlational descriptive level. The sample was formed by 47 parents of the Ann Sullivan Center. The data collection tools were the ICE - BARON Emotional Intelligence questionnaires adapted by Nely Ugarriza and Coping Modes (COPE) from Caerver; et al., adapted by Casuso. The hypotheses were contrasted with parametric or non-parametric statistics according to the distribution of normality of the sample. It was obtained as a result that P is greater than the expected value  $p = 0.177$  ( $P > 0.05$ ), therefore it is concluded that there is no significant relationship between both variables.

## ÍNDICE

Palabras Clave – Línea De Investigación .....	ii
Título De Investigación .....	iii
Resumen.....	iv
Abstract.....	v
Índice .....	vi
Introducción.....	1
1.Antecedentes Y Fundamentación Científica .....	1
2.Justificación De La Investigación .....	14
3.Problema.....	15
4.Conceptualización Y Operacionalización De Las Variables .....	18
5.Hipótesis.....	20
6.Objetivos .....	21
Metodología.....	22
1.Tipo Y Diseño De Investigación .....	22
2.Población Y Muestra.....	23
3.Técnicas E Instrumentos De Investigación .....	23
4.Procedimiento Y Análisis De Datos.....	26
Resultados.....	28
Análisis Y Discusión .....	35
Conclusiones .....	37
Recomendaciones .....	37
Referencias Bibliográficas.....	39
Anexos .....	40

## **INTRODUCCIÓN**

### **1. Antecedentes y fundamentación científica**

La inteligencia emocional a través de los años se ha reformulado en diferentes definiciones con el fin de entender su composición y manifestación en el ser humano.

Thorndike (1920), fue el primero de acercarse en la definición, considerándolo en esos tiempos como inteligencia social, cuya explicación nos menciona que es “la habilidad para entender y manejar a los hombres, mujeres y muchachos para actuar sabiamente en las relaciones humanas” (citado por Vallés y Vallés, 2003, p.27). Teniendo en consideración el aporte, Sac (2013), realizo una investigación donde expone lo aportado por Thornike, ya que encontró como resultado que los progenitores de los niños con capacidades diferentes usan el factor yo puedo y yo estoy, y toda su capacidad de adaptación la cual les permite conducirse con mayor autocontrol emocional (p. 65).

Los trabajos realizados posteriormente por Thornike y Saul (1937), dieron a conocer otro factor de la inteligencia emocional, en la cual resalta la actitud de la persona hacia su ambiente (citado por Vallés y Vallés, 2003, p. 27).

Las definiciones proporcionadas hasta esas fechas no convencían al campo científico, ante ello Goleman lanza posibles aproximaciones sobre la inteligencia emocional, donde expone dos campos la interpersonal y la intrapersonal, la cual sirvió para nuevos conceptos. Ya en 1995, Goleman publica un libro donde agrega a la inteligencia emocional factores de personalidad y relaciones sociales, llegando así abarcar hasta las áreas organizacionales con su libro “Trabajando con Inteligencia Emocional”.

Mayer, Salovey y Caruso (2000), la definen como: “La facultad de procesar la información, asimilar y regular las emociones” (citado por Vallés y Vallés, 2003, p. 33). Actualmente este concepto aún sigue siendo revisado por diversos autores.

## **Inteligencia emocional**

Han surgido diversas definiciones estas son algunas de las más representativas sobre la inteligencia emocional.

Goleman (1995), la definió como “la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones” (citado por Válles y Válles, 2003, p. 36).

BarOn (1997), plantea “que es un grupo de destrezas que permite al hombre adaptarse a las demandas o presiones del entorno en el que se desenvuelve” (citado por Ugarriza, 2001, p. 130). Duque (2015), reafirma en su investigación que las respuestas emocionales de los padres son influye en la adaptación escolar en los niños con NEE (p. 79). Porque el ser humano debe hacer uso de todas sus capacidades que permitan ajustarse al medio.

Y de no ser así se podría obtener reacciones contrarias según como lo expone en su estudio Zavala (2010), encontró que los factores psicoemocionales en la dinámica familiar son vulnerables cayendo así en una excesiva permisividad con sus hijos, demostrando que no pueden enfrentar la presión que ejerce el medio (p. 60).

A diferencia Mirabal (2012), encontró en su investigación una población consciente y como parte de enfrentar una situación tensa consideran en apoyarse de otros profesionales para el avance de sus hijos confiando en si un 84.5% (p. 224)

Inteligencia emocional para Mayer y Salovey (1990), lo define como “la habilidad para monitorizar los sentimientos y emociones de uno mismo y los demás, para discriminar entre ellos y para usar esa información como guía del pensamiento y las acciones” (citado por Corral 2015, p. 26).

Años más tardes la inteligencia emocional se redefine en 1997 como:

“La habilidad de percibir con exactitud, comprender, y expresar emociones; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad de comprender las emociones y el conocimiento emocional; y la habilidad de regular emociones para promover el crecimiento intelectual y emocional” (Mayer y Salovey, 1997, p. 35).

En otras palabras, según las aportaciones de cada autor, la inteligencia emocional no es otra que la capacidad intelectual que remite regular las emociones, con la intención de resolver los problemas que pueda pasar cada ser humano en el ambiente que lo rodea.

- *Modelo Mixto*

El planteando por Geloman y Baron, en ellos incluyen componentes procedentes del ámbito de la personalidad, asimismo, postulan a la existencia de un Cociente Emocional (CE) no que se sobrepone a la Cociente Intelectual (CI) clásico, sino que son un complemento, tal y como lo expone Ibañez 2002 (citado por Vallés y Vallés, 2003), siendo las siguientes:

Conciencia de uno mismo: Es la consciencia que se tiene de los propios estados internos de la persona como intuiciones.

Autorregulación: Control de nuestro estado, impulsos y recursos internos.

Motivación: Es la facilita o guía a un logro de nuestro objetivo.

Empatía: Es tener la consciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas.

Habilidades sociales: Es contar con la capacidad de relacionarse con los demás obteniendo así respuestas deseables (p. 38).

- *Modelo de Baron*

Este modelo nos muestra capacidades cognitivas, competencias y habilidades que influyen el éxito en las exigencias medioambientales. BarOn (1988) lo describe de la siguiente manera, (citado por Ugarriza, 2001):

*Componentes Intrapersonales (CIA)*; reúne las siguientes habilidades: como la comprensión emocional de sí mismo donde se percata de sus propios sentimientos y emociones. Asertividad habilidad de expresarse sin dañar a los otros. Autoconcepto; capaz de brindar opinión de sí mismo siendo negativas y positivas. Autorrealización; representa las ganas de sobresalir. Independencia; se hace cargo de dirigirse de manera autónoma en la vida.

*Componentes interpersonales (CIE)*; el componente Interpersonal, reúne las siguientes habilidades: Empatía; comprende los sentimientos de los demás. Relaciones Interpersonales; habilidad de mantener lazos íntimos o afines con los demás. Responsabilidad Social; coopera y contribuye al desarrollo de la sociedad.

*Componentes de Adaptabilidad*; reúne las siguientes habilidades: Solución de Problemas; genera ideas efectivas para resolver las situaciones conflictivas. Prueba de realidad; evalúa lo objetivo y subjetivo. Flexibilidad; se ajusta a las situaciones cambiantes de forma positiva.

*Componentes del Manejo de Estrés (CME)*, el componente del manejo de Estrés, reúne las siguientes habilidades: Tolerancia al estrés; resiste y maneja eventos estresantes. Control de los impulsos; actúa de forma sensata y ejerce calma ante los eventos demandantes.

*Componentes del estado de Ánimo en general (CEAG)*, Felicidad; se siente satisfecho con lo que realiza en la vida. Optimismo; ve la vida positiva a pesar de las adversidades (pp. 133 -134).

- *Modelo de habilidades*

En cuanto al modelo de habilidades Salovey y Mayer (citado por Trujillo y Rivas, 2003), explica que la inteligencia emocional se evalúa a partir de un compendio de habilidades emocionales y adaptativa, teniendo en cuenta lo siguiente:

Percepción emocional: A semeja emociones a través de las expresiones faciales y otros elementos (voz y expresión corporal) en relación a su coherencia.

Facilidad emocional del pensamiento: Habilidad para asemejar la emoción con otros efectos entre sabor o color. Siendo la emoción a facilitar el razonamiento.

Comprensión emocional: Resuelve problemas emocionales de sí mismo y de otros (lo que afecta los estados emocionales a la conducta y viceversa).

Dirección emocional: Es la comprensión de las implicancias que tienen los actos sociales en las emociones y la regulación de sí mismo y los demás.

Regulación reflexiva de las emociones para promover el crecimiento personal: Es estar abierto a los sentimientos ya sean agradables o desagradables (p. 17).

- *Diferencias de género en relación a la inteligencia emocional*

En correspondencia al género, siempre se ha mostrado controversia. Sin embargo, muchas investigaciones muestran que las mujeres por lo general tienen un mayor índice de inteligencia emocional que los hombres (Sánchez, Fernandez, Montañez y Latorre, 2008, p. 9 -11).

Briones & Tumbaco (2016), en su investigación realizada muestra que las madres que tienen altos índices de resiliencia presentan mayor adaptación ante una adversidad como es el caso de sus hijos con habilidades diferentes (p. 79).

## **Estrés**

Melgosa (1995), señala que debido a las variaciones que el estrés provoca se puede entender este concepto como “un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo cuando se lo somete a fuertes demandas” (p. 19).

Y una de las demandas fuerte que puede experimentar el ser humano es ser padre de un hijo con diagnóstico, Dabrowska y Pisula (2010), en su estudio nos muestran que los apoderados de los niños con diagnóstico de autismo reflejan un alto nivel de estrés a diferencia del Síndrome de Down, asimismo, deja en evidencia que el género femenino suele tener más índice estrés (p. 266).

Algunas perspectivas explican el origen del estrés como:

### *- Perspectiva Biologista*

Bensabat y Selye (1987), a partir del punto psicológico el estrés “... el juicio cognitivo del individuo que le produce temor al pensar que sus recursos personales serán incapaces de dar respuesta a las demandas generadas por un acontecimiento particular” (citado por Soto, 2008, p. 7).

### *- Perspectiva del desarrollo*

Bensabat y Selye (1987), comentan que definen al estrés como:

“Problemas de la vida - dentro del desarrollo humano, esta posición de desarrollo parte de que las personas tienen la capacidad, fortalezas y recursos necesarios para hacerle frente, de manera positiva, a esos problemas que experimentan en su diario vivir y, así, determinar patrones de comportamiento apropiados a lo largo de su ciclo vital” (citado por Soto, 2008, p. 8).

### *Tipos de estrés*

Estrés agudo: Se caracteriza porque la persona percibe al estresor de manera aguda y provoca en el organismo respuestas cardiovasculares o gastrointestinales (El Sahili, L, 2010, p. 79).

Estrés crónico: En este tipo de estrés el organismo padece un shock emocional y conductual, teniendo mayor dificultad para reponerse y puede tener un tiempo estimado de seis meses con reacciones cardiovasculares (El Sahili, L, 2010, p. 79).

Estrés positivo o eustrés: Este tipo de estrés resulta beneficioso para la persona y lo mantiene activo. Hace sentir confianza y control, por ello la persona logra percibir que es capaz de afrontarlo (García, 2011, citado por Álvarez, 2015, p. 9).

Estrés negativo o distrés: Se caracteriza porque la persona siente que sus esfuerzos no pueden ayudarle a afrontar el estrés y a la vez ve a la situación como una amenaza para su estabilidad (García, 2011, citado por Álvarez, 2015, p. 9).

### *Causas del estrés*

Los contextos capaces de liberar estrés y a su vez las consecuencias traumáticas para el hombre, no serán necesariamente condiciones por la fuerza del impacto, si no por las defensas que cuenta para hacer frente al estrés (Deveraux, 1966, citado por Encarnada, 2015, p. 35).

Naranjo (2009), menciona que el hombre al percibir una situación complicada o que se necesite cambio de manera inmediata le generará estrés (p. 178).

Por otro lado, Acton, Hubbard et al. (1986), nos menciona “las causas del estrés son todas las actividades que se realizan, las emociones que se sienten, el estado de salud, las perspectivas que una persona tiene de vivir una larga vida” (citado por Soto, 2008. p. 7).

### *Aspectos básicos del estrés y el afrontamiento*

Las aportaciones bibliográficas nos mencionan que el estrés se comenzó a estudiar a raíz de la segunda guerra mundial, debido a que los soldados presentaron secuelas de dicho impacto (Lazarus, 1993, citado por Corral, 2015, p. 44).

Lazarus y Folkman (1986), define el afrontamiento como “los 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” (p. 164).

Por lo tanto, Endler y Parker, 1990 (citado por Martínez et al., 2014) nos dice que el afrontamiento puede estar orientado:

“Hacia la tarea centrándose en resolver el problema de manera lógica, las soluciones y en la elaboración de los planes de acción y hacia la emoción, centrándose en respuestas emocionales (ira, tristezas, etc.) en la evitación, preocupación y reacciones fantásticas o supersticiosas Esta última es una de las estrategias más usadas para enfrentar las situaciones de estrés” (p. 5).

Algunos estudios nos demuestran lo siguiente respecto al estrés y modos de afrontamiento.

Pineda (2012), encontró que el estrés más alto se da en los padres que en las madres. Sin embargo, si los padres que asisten a un apoyo disminuyen los niveles de estrés, que sería su modo de enfrentar la situación demandante (p. 16).

Mendoza (2014), nos menciona en su resultado que el 90% de los de los presentan un nivel de estrés clínicamente significativo, lo que evidencia que para ellos no es fácil lidiar con sus niños. Asimismo, se encontró que las variaciones en el nivel de optimismo se asocian directamente con el nivel de estrés parental (p. 28).

Villarreal (2016), obtuvo como resultado que hay mayor nivel de estrés en las madres de niños con trastornos de conducta o con TDAH (p. 41).

#### *Modelo de afrontamiento*

##### *- Modelo de rasgos*

Corral (2015), nos expone lo siguiente:

*Represor – Sensibilizador* (Byner, 1964), las personas al enfrentar el estrés usan la estrategia de represión siendo un modo de afrontamiento a la negación o evitación de la situación estresora, mientras que la sensibilización se inclina hacia la vigilancia y la exposición de los problemas.

*Aproximación- Evitación* (Roth y Cohen, 1986), “la clasificación dicotómica más común es la de aproximación-evitación (Roth y Cohen, 1986). El afrontamiento de aproximación supone que la persona se orienta hacia las características relevantes de la situación, ignorando el resto de información no relevante. El afrontamiento de evitación supone el alejamiento de la persona de las fuentes de estrés”.

*Incrementador-atenuador* (Miller, 1980, 1987) Miller (1980,1987), nos manifiestan otros modos de afrontamiento, básicamente se trata que las personas que manejan la información asociada al evento estresante. Es decir, están en alerta y buscan información sobre el evento perturbador, mientras que el atenuador evita o cambia sus pensamientos del evento traumatizante (pp. 47 - 48).

##### *- Modelo de afrontamiento transaccional*

Lazarus y Folkman (1986), menciona que este estilo de afrontamiento se va presentar de acuerdo a la cognitiva que se otorgue a la situación abrumante, y dentro de ellos se distingue dos maneras de evaluación primaria y secundaria. La primaria está compuesta por:

Amenaza: La situación tiene potencial para ser traumática o dañina.

Daño-pérdida: Se da cuando la situación produce un daño psicológico.

Desafío: Tiene potencial para ser retadora pero también puede ofrecer ganancias.

Beneficio: Reacciones que no hay presencia de estrés (citado por Corral, 2015, p. 48).

La evaluación secundaria según Corral (2015), se basa en el recurso que cuente la persona para enfrentar la situación, dependiendo de ello las reacciones ante el estrés pueden ser el miedo, desafío u optimista (p. 49).

### *Estilos de afrontamiento*

Existen dos primordiales afrontamientos, una dirigida al problema y otra en la emoción.

Lazarus (1993), nos menciona “El afrontamiento centrado en el problema está constituido por los esfuerzos dirigidos a cambiar o controlar la fuente del estrés (cambiando el entorno o uno mismo)” (citado por Corral, 2015, p. 49).

En cuanto al estilo de afrontamiento en la emoción, el evento estresante se percibe como no modificable o que perdurará por mucho tiempo, las estrategias que se emplean son como ignorar el estresor, o búsqueda de apoyo emocional (Lazarus, 1993, citado por Corral, 2015, p. 49).

### **Personas con habilidades diferentes**

Existe diversos términos que pueden etiquetar una discapacidad o limitación en una persona como: Autismo, Síndrome de Down, Asperger, Retardo mental, Parálisis cerebral, u otros términos que no necesariamente desprenden de una definición clínica. Teniéndose como consecuencia en el colectivo un trato desigual hacia ellos.

Por lo tanto, el Centro Ann Sullivan del Perú hace hincapié que para educar a toda persona que entra en contacto con alguna limitación debe utilizar la frase “personas con habilidades diferentes”, con el fin de centrarse en las habilidades de una persona antes de sus limitaciones. Ya que al igual que otros individuos gozan de destreza, capacidad o talento que les permita respetado ante la sociedad.

Y como parte de la educación a la familia de integrantes con habilidades diferentes en el Perú se cuenta con el Centro Ann Sullivan, donde a través de sus programas educa a los padres:

- *Entrenamiento en aula:* Los días que asisten sus hijos al CASP, ellos ingresan por espacio de hora y media, a ser entrenados en manejo de conductas y enseñanzas de habilidades por los especialistas en las diferentes actividades que se ha planificado.

- *Entrenamiento a casa:* Al inicio y final de año son visitados por los especialistas en casa para dar entrenamiento en su espacio natural en manejo de conductas y enseñanza de habilidades por 2 horas. Inicio: se entrena y recopila información para la creación del plan educativo individual de sus hijos. Final: se entrena y se deja tareas para practicar en el verano con el fin de ser evaluados al ingreso del nuevo año.

- *Escuelas de familia* (aula o auditorio): Cada 15 días deben participar de escuelas de familias, realizadas por las tardes de los días jueves. Con el fin de seguir siendo capacitados en la independencia, felicidad y productividad de sus hijos.

- *Reunión de equipo:* Como parte del programa de inclusión ellos participan de las reuniones que se planifica con los maestros, con el fin de conocer sus logros, dificultades y compromisos a tomar para un mejor proceso de inclusión escolar de sus hijos, estas reuniones se realiza tres veces al año.

- *Amigo tutor:* Como familia que realiza la invitación deben tener la cordialidad de coordinar con las familias invitadas en el traslado y el

compromiso de materiales que se utilice en la programación del amigo tutor, siendo esta actividad dos veces al año.

- *Asistencia de reuniones de escuela regular que asiste su hijo:* Así como ellos cumplen con los compromisos en el CASP, en las escuelas donde están incluidos sus hijos también deben realizarlos.

- *Apoyo continuo a su hijo en la participación de inclusión escolar:* Los padres deben ser apoyo fundamental para la realización de materiales en los proyectos que planifique los colegios regulares curriculares y extracurriculares.

La exigencia familiar es continúa teniendo en cuenta que el 30% lo pone los especialistas CASP y el 70% los padres en la independencia, felicidad y productividad de sus hijos.

# MODELO DE INCLUSIÓN CASP

## INCLUSIÓN A LA VIDA

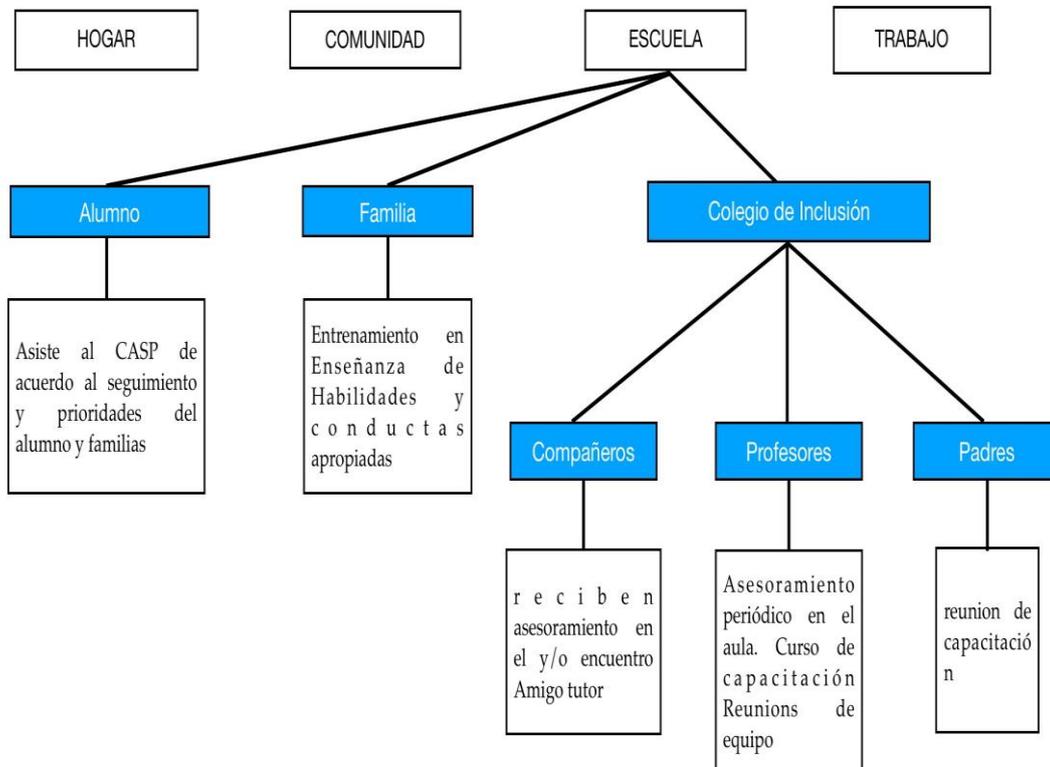


Figura 1. Modelo de Inclusión escolar – CASP (2017)

## **2. Justificación de la investigación**

La investigación es relevante dado que las variables en estudio son los ejes fundamentales de toda persona para actuar de manera apropiada ante los estresores de la vida cotidiana, y más aún en el caso de tener un integrante en la familia con habilidades diferentes.

Desde un punto de vista social, los niños con habilidades diferentes son excluidos o etiquetados por la cual los padres deben manejar esa situación estresante, ya que son el apoyo principal para el desarrollo de sus hijos. Por tal razón el estudio de inteligencia emocional, pretende prevenir dificultades futuras en el desenvolviendo de ellos siendo el modelo principal para la inserción social ante los maestros, compañeros, entre otros.

Desde una perspectiva práctica, los resultados pueden contribuir y/o recomendar programas para intervención en el soporte emocional fortaleciendo las expectativas en sus hijos con habilidades diferentes, para los casos que sean pertinentes en la atención.

Desde el punto de vista metodológico es dar el valor del instrumento en esta población, porque hasta el momento no se conoce un test construido propiamente con las características de la población de estudio. Asimismo, brindar antecedentes para próximas investigaciones.

### **3. Problema**

El Centro Ann Sullivan del Perú (CASP) es una organización de instrucción sin fines de lucro fundada 1979 por Liliana Mayo, para servir a las personas con habilidades diferentes (como autismo, síndrome de Down, parálisis cerebral o retraso en el desarrollo) y sus familias (Mayo L., LeBlanc J. y Oyama R., 2010, p. 4).

En esta oportunidad el programa participe de la investigación es Inclusión Escolar, fue creado en 1982, actualmente atiende a más de 50 niños y jóvenes en 41 escuelas de educación regular (Inicial, Primaria y Secundaria). A los estudiantes se les incluye desde el nivel preescolar hasta la secundaria, y la participación puede ser parcial o a tiempo completa dependiendo de las necesidades individuales de los estudiantes. CASP se reúne regularmente con todos los profesores que participan en las aulas de inclusión con el fin de enseñarles cómo trabajar con estudiantes con habilidades diferentes. Los especialistas programan 2 visitas al mes a los salones de clases para hacer consultas con los profesores observar a los estudiantes incluidos y monitorean la interacción del alumno con los demás compañeros. Dentro del grupo regular con el apoyo del tutor o psicóloga se elige a dos amigos tutores, considerados modelos de mejores conductas; ellos participan de 2 capacitaciones al año “Amigo tutor”.

Sin embargo, a pesar de contar con este apoyo los padres de hijos con habilidades diferentes deben hacerles frente a numerosas situaciones como los prejuicios sociales y todo lo que concierne a su vida cotidiana, siendo más aún si deciden incluir a sus hijos en un colegio regular, exponiéndose a la terrible discriminación o etiquetas del grupo que los rodea, ante esta presión del medio, los padres ingresan a un lio emocional experimentando altos niveles de estrés que en muchas ocasiones han puesto en duda sus expectativas con sus hijos. Por ello dependiendo la percepción de los eventos estresores los padres de hijos con habilidades diferentes optarán por un estilo de afrontamiento del estrés para guiar la educación de sus hijos, teniendo en cuenta su nivel cultural, social y psicológico.

Existen pocos estudios directamente relacionado con la variable a investigar en la población escogida, sin embargo, se ha recopilado algunas que guardan estrecha relación con la intención de la investigación.

Dabrowska y Pisula (2010), hicieron un estudio en Polonia – Varsovia, sobre el afronte hacia el estrés que podrían emplear los progenitores sabiendo que sus proles tienen un diagnóstico, los resultados mostraron que el estrés es mayor al contar con un descendiente autista. Asimismo, las madres son las que poseen mayor estrés en ambos diagnósticos. En cuanto al nivel de afrontamiento todos los padres se inclinan a un estilo emocional (p. 266), entonces podemos decir el tener un hijo con habilidades diferentes es un factor estresante; asimismo que los padres buscan ser escuchados en sus conflictos y perturbaciones emocionales que le toco enfrentar.

Otra investigación realizada en Guatemala por Sac (2013), sobre: “Resiliencia en padres de niños con capacidades diferentes (Estudio realizado con padres de niños que asisten a un FUNDABIEM del Municipio de Quetzaltenango – Guatemala)” , muestra que los padres de los cinco factores de resiliencia tienen mayor predominio en los factores de YO PUEDO y YO ESTOY (p. 65), sintiéndose con recursos necesarios para enfrentar la situación y más aún si reciben apoyo permitiéndose tener una mayor capacidad de adaptación a la discapacidad de sus hijos.

Por otro lado, estudio relacionado en padres de hijos con habilidades diferentes en Perú por Pineda (2012), mostró que el estrés parental percibido por los padres es ligeramente más alto que en las madres (p. 16). Asimismo, Briones y Tumbaco (2016), hicieron un estudio “Resiliencia materna y ajuste parental ante la discapacidad en madres de centros Educativos Básicos Especiales de Lima”, los resultados indicaron que ambas variables se interrelacionan (p.79), es decir su nivel de resiliencia es bueno porque les permite afrontar y ajustarse con mayor disposición a las diversidades que se puedan presentar.

La información hallada permite tener una visión diversificada ante las distintas emociones de los padres que pueden experimentar con el simple hecho de tener un hijo con habilidades diferentes. Por ello se desea realizar la investigación y conocer sobre la inteligencia emocional en los padres que asisten al Centro Ann Sullivan del Perú en el programa de Inclusión Escolar, y a partir de los resultados brindar sugerencias y/o recomendaciones para el fortalecimiento de la inteligencia emocional.

Según lo expuesto anteriormente, es pertinente formular lo siguiente:

¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?

#### **Formulación de problemas específicas**

- ¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?
- ¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?
- ¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?

#### 4. Conceptualización y operacionalización de las variables

##### Conceptualización

- **Inteligencia emocional:** Según ICE - BarOn (1997), “es la consolidación de destrezas que otorga confianza al hombre en manejar situaciones demandantes o presiones que recibe del lugar que se desenvuelve” (citado por Ugarriza, 2001, p. 131).
- **Afrontamiento al estrés:** Según Casuso (1996), “El afrontamiento consiste en la respuesta inmediata con el fin de eliminar la fuente de peligro o reducir la percepción del evento amenazante (denegación, recursos a medicamentos, ansiolíticos)” (p. 6).

##### Definición operacional

- **Inteligencia emocional:** La inteligencia emocional en entorno del nivel personal y social es inestable en los padres del Centro Ann Sullivan del Perú.
- **Afrontamiento al estrés:** Es el estilo que usan los padres para reducir o enfrentar las dificultades que pasan con sus hijos con habilidades diferentes.

## Operacionalización de la variable

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Niveles
Inteligencia Emocional	Intrapersonal	Comprensión emocional de sí mismo, asertividad, autoconcepto, autorrealización, independencia.		Excelentemente desarrollada
	Interpersonal	Empatía, relaciones interpersonales, responsabilidad social.	Muy rara vez	Muy bien desarrollada
	Adaptabilidad	Solución de problemas, prueba de la realidad, flexibilidad.	Rara vez	Bien desarrollada
	Manejo de estrés	Tolerancia al estrés, control de los impulsos.	A menudo	Promedio
	Estado de ánimo general	Felicidad, optimismo.	Muy a menudo	Necesita desarrollarse
Afrontamiento de estrés	Dirigido en el problema	Confrontación, planificación.		Necesita mejorarse considerablemente
	Dirigido en la emoción	Aceptación de la responsabilidad, distanciamiento, búsqueda de soporte, análisis de emociones.	Nunca Siempre	Nivel de desarrollo marcadamente bajo
	Dirigido en otros estilos.	Negación, conducta inadecuada y distracción.		Muy pocas veces emplea esta forma Depende de la circunstancia Forma frecuente de afrontar el estrés

## **5. Hipótesis**

### **Hipótesis general**

- Ho No existe asociación significativa entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.
- Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.

### **Hipótesis específicas**

- Ho No existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en el problema de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.
- Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en el problema de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.
- Ho No existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en la emoción de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.
- Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en la emoción de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.

- Ho No existe asociación entre significativa inteligencia emocional y la dimensión de otros estilos en los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.
- Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión de otros estilos en los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.

## **6. Objetivos**

### **General**

- Determinar la asociación que existe inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.

### **Específicos**

- Identificar la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en el problema de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.
- Determinar la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en la emoción de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.
- Deducir la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión de otros estilos de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.

## METODOLOGÍA

### 1. Tipo y diseño de investigación

#### Tipo de investigación

El presente estudio corresponde a un enfoque cuantitativo, según Hernández, Fernández y Baptista (2014), nos mencionan que:

“Es la recolección de datos para comprobar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teoría”. La investigación es de tipo descriptivo “porque describirá las propiedades, características y rasgos importantes” (p. 4-92).

Siendo de nivel básico, porque tiene el propósito de contribuir en la investigación científica a partir de la recolección de información.

#### Diseño de investigación

El diseño es no experimental, porque no se manipulará las variables y se observará tal y como se presenta los fenómenos. Es transversal ya que se obtendrá información de un solo tiempo. Se emplea el nivel correlacional, porque la investigación busca conocer la relación o grado asociación entre ambas variables de estudio (Hernández, 2014, p. 93 -154).

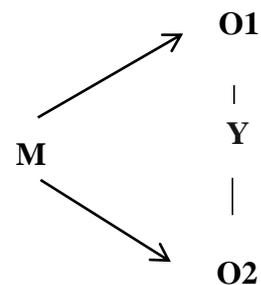
Dónde:

**M representa a:** Muestra

**O1 representa a:** Inteligencia emocional

**O2 representa a:** Modos de afrontamiento al estrés

**Y representa a:** Correlación



## **2. Población y muestra**

### **Población**

Según Lepkowski (2008), nos indica que la población es el conjunto en la que concuerdan en una serie de especificaciones o características (citado por Hernández et. al., 2014, p. 174). La cual para esta investigación está compuesta por 47 padres con hijos de habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.

### **Muestra**

La muestra utilizada en la investigación es no probabilística por conveniencia; ya que, según Hernández et al. (2014), determina esta condición que no todos los elementos tienen la posibilidad de ser elegidos, sino va depender de las características de la investigación (p. 326). Dentro del grupo evaluado se contó con 17 padres de hijos con Síndrome De Down, 24 con Autismo, 3 con Deficiencia Cognitiva y 3 con Síndrome de Tourett – Autismo. Siendo un total de 47 padres de familias del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.

## **3. Técnicas e instrumentos de investigación**

### **Técnica**

Para la investigación se utilizó el cuestionario, según Hurtado (2000), es un instrumento con preguntas que indagarán lo que desea el investigador obtener información (citado por Contreras y Roa, 2015).

## **Instrumentos**

Los instrumentos utilizados para ambas variables fueron las siguientes:

### *Cuestionario 1*

- Nombre original : EQ-I BarOn Emotional Quotient Inventory.
- Autor : Reuven BarOn.
- Procedencia : Toronto-Canadá.
- Adaptación peruana : Nelly Ugarriza
- Administración : Individual o colectiva. Tipo cuadernillo.
- Duración. : Aproximadamente de 30 a 40 minutos.
- Aplicación : Sujetos de 15 años a más.
- Puntuación : Calificación manual o computarizada
- Material : Cuestionario de 133 ítems, hoja de respuestas y plantilla de corrección.

### *Confiabilidad*

Los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el I-CE se centró en el coeficiente alfa de Cronbach, la cual en la población peruana se obtuvo una consistencia interna muy alta: .93; para los componentes 77 y .91.

### *Validez*

Los diversos estudios de validez del I-CE básicamente están destinados a demostrar cuán exitoso y eficiente es este instrumento en la evaluación de lo que se propone (por ejemplo, inteligencia no cognitiva y sus componentes) (Ugarriza, 2001, p. 147).

### *Confiabilidad de inventario de IE*

Los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el I-CE, de la presente investigación se obtuvieron los siguientes resultados.

**Tabla 1.** Confiabilidad del inventario de IE

Estadísticos de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
.881	133

### *Cuestionario 2*

- Nombre original : Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE).
- Autor : Caerver; et. al.
- Origen : Estados Unidos.
- Estilos : Centrada al problema, en la emoción y en otros estilos de afrontamiento.
- Adaptación peruana : Casuso (1996).
- Traducido : Salazar C. Víctor (1993).
- Administración : Individual.
- Edad de aplicación : 16 a más.
- Material : Cartilla de 52 ítems y plantilla de corrección.

### *Confiabilidad*

Los estudios de confiabilidad ejecutados sobre el cuestionario es de 0.55 siendo aceptable.

### *Validez*

Los estudios de confiabilidad ejecutados para la validez se obtuvieron un 0.42 siendo aceptable.

### *Confiabilidad de inventario de COPE*

La confiabilidad ejecutada sobre el COPE, de la presente investigación se obtuvo los siguientes resultados, aceptable.

**Tabla 2.** Confiabilidad del cuestionario de COPE  
Estadísticos de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.727	4

## **4. Procedimiento y análisis de datos**

Se ha acordó con el equipo de capacitación CASP, usar los días que asisten sus hijos al CASP antes de ingresar a entrenamiento en aula, fue de lunes a miércoles en los siguientes horarios L: 2:00, M: 1:45 y Mi: 1:30 – 3:00, en el espacio asignado como lugar de espera. Solo en algunos casos como de no poder asistir durante las dos semanas de evaluación se le envió el cuestionario a domicilio, respetando los criterios y protocolo de llenado de información.

### **Protección de los derechos humanos de los sujetos en estudio**

Se hizo de conocimiento el objetivo de investigación a los padres de familia, explicando la finalidad de estudio de forma escrita. La información será trata de

manera anónima, en caso de algunos de los padres de familia deseaban saber sus resultados se le brindó la información individualmente.

### **Procesamiento y análisis de la información**

Los datos fueron procesados a través del programa estadístico SPSS versión 23; así mismo se empleó procedimientos estadísticos siendo los descriptivos inferencial. Las técnicas usadas fue la media aritmética, desviación estándar frecuencia y porcentaje. Para constatación de hipótesis se utilizará el estadístico inferencial de acuerdo a la distribución de la normalidad de la muestra, la correlación de Spearman y Pearson (paramétricas o no parámetros según sea el caso). Todo resultado será mostrado en tablas y figuras.

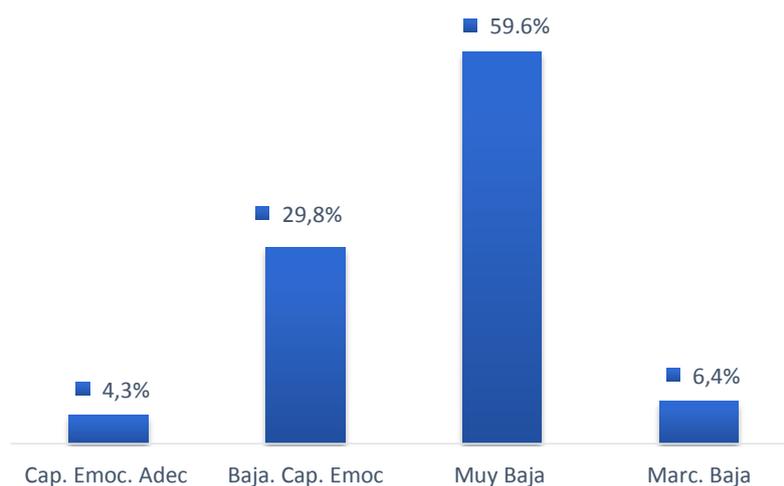
## RESULTADOS

### 1. Descripción de los resultados

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Capacidad Emocional Adecuado	2	4.3%
Baja Capacidad Emocional	14	29.8%
Muy baja	28	59.6%
Marcadamente baja	3	6.4%
Total	47	100%

**Tabla 3.** Frecuencia y porcentajes de los niveles

### Niveles de Inteligencia Emocional



*Figura 2.-* Distribución en barras de los niveles de inteligencia emocional de la muestra total de estudio

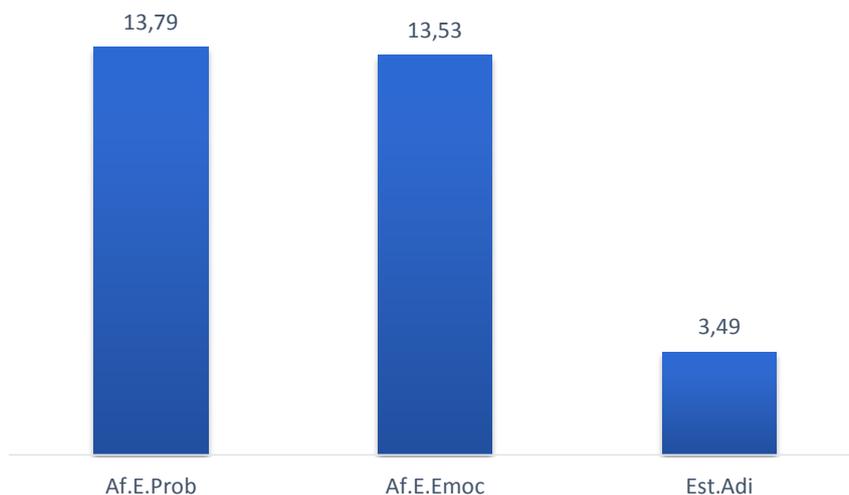
En la tabla N° 3 y la figura 2, el 59, 6% de la muestra de estudio refleja muy baja capacidad emocional. El 29, 8% se encuentra en una baja capacidad emocional,

seguido del 6,4% con una marcada baja de estado emocional, y en su minoría una 4,3% con un adecuado estado emocional.

**Tabla 4.** Frecuencia y porcentaje de los afrontamientos al estrés.

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Capacidad Emocional Adecuado	2	4.3%
Baja Capacidad Emocional	14	29.8%
Muy baja	28	59.6%
Marcadamente baja	3	6.4%
Total	47	100%

### Estilos de Afrontamiento



*Figura 2.-* Distribución en barras de los niveles de afrontamiento al estrés de la muestra total de estudio

En la tabla N° 4 y la figura 3; el 13, 79% de la muestra de estudio presenta un estilo de afrontamiento enfocado en el problema, el 13.53% se encuentra utilizando un estilo centrada en la emoción y solo el 3,49% en ciertas circunstancias usan los otros estilos para afrontar el estrés.

## 2. Prueba de hipótesis

**Tabla 5.** Distribución de ajuste de normalidad de la muestra en estudio

Pruebas de normalidad			
Shapiro-Wilk			
	Estadístico	Gl	Sig.
Inteligencia Emocional	,988	47	,902
COPE	,991	47	,967

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Con la finalidad de identificar si la muestra tiene una distribución normal se aplicó la técnica Shapiro – Wilk estadístico pertinente para determinar el uso de técnicas paramétricas o no paramétricas.

La presente tabla N° 5, nos muestra que ambas variables cuentan con una distribución normal ya que es mayor a ( $P>0.05$ ). Estos datos justifican el uso de coeficiente de correlación de Pearson para determinar la relación entre ellas.

### Prueba de hipótesis general

**Tabla 6.** Confirmación de Hipótesis entre Inteligencia Emocional \* Afrontamiento al Estrés.

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	4,924	3	.177
Razón de verosimilitudes	5.058	3	.168
N de casos válidos	47		

a. 6 casillas (75,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,09.

En la tabla N° 6, el valor encontrado  $p = 0.177$  ( $P > 0.05$ ). Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula, porque no se encuentra relación significativa entre la inteligencia emocional y los modos de afrontamiento al estrés en los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima – 2017.

## Hipótesis específicas 1

**Tabla 7.** Contingencia entre Inteligencia Emocional \* Enfocado en el problema

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	4,772 <sup>a</sup>	6	.573
Razón de verosimilitudes	4.062	6	.668
N de casos válidos	47		

a. 9 casillas (75,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,21

En la tabla N° 7, el valor encontrado ( $P > 0.05$ ). Por lo tanto, ante el resultado obtenido se acepta la hipótesis nula, demostrando que no existe asociación significativa entre inteligencia emocional y el estilo centrado en el problema del estrés en padres del Centro Ann Sullivan del Perú.

## Hipótesis específicas 2

**Tabla 8.** Contingencia entre Inteligencia Emocional \* enfocado en la emoción

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	6,127 <sup>a</sup>	6	.409
Razón de verosimilitudes	7.846	6	.250
N de casos válidos	47		

a. 9 casillas (75,0%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,04.

En la tabla N° 8, el valor encontrado ( $P > 0.05$ ). Por lo tanto, el resultado nos muestra que no existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción del estrés en los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, es decir de acepta la hipótesis nula.

### Hipótesis específicas 3

**Tabla 9.** Contingencia entre Inteligencia Emocional \* enfocado en os otros estilos

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	3,843 <sup>a</sup>	6	.698
Razón de verosimilitudes	4.722	6	.580
N de casos válidos	47		

a. 10 casillas (83,3%) tienen una frecuencia esperada inferior a 5. La frecuencia mínima esperada es ,04

En la tabla N° 9, el valor encontrado ( $P > 0.05$ ). Por la cual se acepta la hipótesis nula, porque no guardan ninguna asociación entre inteligencia emocional y el modo centrado en otros estilos del estrés en los padres de hijos con habilidades diferentes.

}

## ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

A pesar de no haberse encontrado investigaciones directamente relacionadas a ambas variables se ha tomado en cuenta otros fenómenos psicológicos que se relacionan con la población de estudio.

Conforme a los resultados para la hipótesis general, se evidencia que no existe una asociación significativa en las variables estudiadas, demostrando que se manejan de maneras independientes en los progenitores de hijos con habilidades diferentes. A diferencia del estudio realizado por Mendoza (2014), que si halló en las familias una relación entre el optimismo y el estrés parental (p. 28), ya que es un recurso importante para afrontar el desarrollo de sus hijos con condición autista.

En cuanto a la hipótesis específica 1, los resultados muestran que no existe relación entre la inteligencia emocional y la dimensión enfocado en el problema, sin embargo, teniendo en cuenta la aportación teórica al mantener a sus hijos en el programa de inclusión escolar en el Centro Ann Sullivan del Perú se estaría presentando una de las subescalas del estilo enfocado al problema por la cual buscan apoyo para enfrentar la educación e inserción social de sus hijos. Como es el caso en la investigación realizada por Mirabal (2012), donde muestra que el 85.5%, confían en la atención escolar para el progreso de sus hijos (p. 148).

La hipótesis específica 2 y 3, los resultaron mostraron que el valor de  $P > 0.05$  es mayor, por ello no guardan asociación entre inteligencia emocional y los modos de centrado en el problema y emoción.

Por otro lado, cabe mencionar que en los resultados como variables independientes queda en evidencia que el 59,6% de los padres tienen muy baja capacidad de inteligencia emocional, por la cual debe ser atendida. Asimismo, en cuanto al estilo de afrontamiento más usados por los padres del Centro Ann Sullivan

del Perú es el enfocado al problema, y como segunda opción es enfocado en a la emoción.

## **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **1. Conclusiones**

Tal como esta investigación ha demostrado no hay asociación entre las variables, se plantea conclusiones de las variables de manera independiente teniendo en cuenta sus subescalas.

- 1) Los padres de hijos con habilidades diferentes suelen siempre estar en búsqueda de apoyo, ya que son consciente de la situación que les tocó vivir, a pesar de tener en cuenta el impacto psicológico y emocional hacen frente a la situación buscando un plan de ayuda, con el fin de modificar o mejorar la condición de sus hijos permitiendo desarrollarse como cualquier otra persona en la sociedad. Sin embargo, en muchas ocasiones suelen experimentar momentos tensos y pocos favorables por la cual se evidencia respuestas de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción, por ello siempre podrían estar en búsqueda de apoyo emocional con el fin de encontrar lo positivo a la situación e incluso ven a la condición familiar como fuente de desarrollo personal.
- 2) En grupo minoritario de padres se identificó la existencia de una baja capacidad de la inteligencia emocional y por ello prefieren usar los otros estilos como la negación o desentendimiento de la situación estresora.

### **2. Recomendaciones**

Debido a los pocos estudios sobre en los fenómenos psicológicos investigados en los padres de hijos con habilidades diferentes, se recomienda:

- 1) Al Centro Ann Sullivan y otras entidades públicas o privadas, propiciar investigaciones que permitan reconocer características de la relación entre

ambas variables, con el fin de fortalecer su plan de trabajo con dicha población.

- 2) Programas de manejo emociones dirigidas a los padres de hijos con habilidades diferentes, la cual podría aminorar los niveles estrés.
- 3) Organizar actividades de orientación y control personal de emociones en el Centro Ann Sullivan del Perú, para los padres teniendo como objetivo un mejor afronte y adecuado apoyo en el crecimiento de sus hijos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### Referencias

#### Libros

- Hernández R., Fernández C. y Baptista P. (2014). Metodología de la investigación. 4ta Edición. McGraw- Hill Interamericana
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca S.A.
- Melgosa, J. (1995). Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés! Madrid: Safeliz.
- Válles A. y Válles T. (2003). “Psicopedagogía de la Inteligencia Emocional”, editorial Promolibro.

#### Libros en línea

- El-Sahili, L (2010). Psicología clínica. Trastornos neurológicos, hormonales y psicológicos. (1ª Ed.) En México. Recuperado de: [https://books.google.com.ec/books?id=\\_rCtX8-5WE4C&pg=PA77&dq=estresores&hl=es&sa=X&ei=hy9ZVN\\_LAomdNvz7gbAK#v=onepage&q=estresores&f=false](https://books.google.com.ec/books?id=_rCtX8-5WE4C&pg=PA77&dq=estresores&hl=es&sa=X&ei=hy9ZVN_LAomdNvz7gbAK#v=onepage&q=estresores&f=false)
- Mayer, J.D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey y D. Sluyter (Eds.), Emotional Development and Emotional Intelligence: implications for educators. Recuperado de: [http://ei.yale.edu/wp-content/uploads/2014/02/pub219\\_Mayer\\_Salovey\\_1997.pdf](http://ei.yale.edu/wp-content/uploads/2014/02/pub219_Mayer_Salovey_1997.pdf)

#### Artículo Científico con DOI

- Dabrowska A. y Pisula E. (2010) “Parents' stress and coping styles in mothers and fathers of pre-school children with autism and down síndrome. doi: 10.1111 / j.1365-2788.2010.01258.x.

#### Artículos impresos

- Casuso, L. (1996). Adaptación de la prueba. COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. Tesis PUCP, 1996, 6.
- Mayo L., LeBlanc J. y Oyama R. (2010). Un programa Educativo Desarrollo para Enseñar a Personas con Habilidades a ser Independientes, Productivos y Felices, Mostrar lo que puede hacer y ser incluidos en todas las actividades de la vida como un miembro valioso de la sociedad. 3 – 10.

#### Revista en línea

- Naranjo (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. Revista Educación. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/440/44012058011.pdf>
- Sánchez, Fernández, Montañez y Latorre. (2008) ¿Es la inteligencia emocional una cuestión de género? Socialización de las competencias emocionales en hombres y mujeres y sus implicaciones. Education y Psychology. Recuperado de:

soto[http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF68depend\\_on\\_gender.pdf](http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF68depend_on_gender.pdf)

- Soto C. (2008). Adaptación de forma abreviada del “Cuestionario de recursos y estrés (QRS-F, 1983), para padres de personas con autismo. Revista INIE. Costa Rica. Recuperado de: [http://sid.usal.es/idocs/F8/ART11311/adaptacion\\_de\\_la\\_forma\\_abreviada.pdf](http://sid.usal.es/idocs/F8/ART11311/adaptacion_de_la_forma_abreviada.pdf)
- Trujillo M. y Rivas L. (2003). *Orígenes, evolución y modelos de inteligencia emocional*. Revista INNOVAR. Bogotá Colombia. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/818/81802502.pdf>
- Ugarriza N. (2001) La evaluación de la inteligencia emocional a través del inventario de BarOn (I-CE) en una muestra de Lima Metropolitana. Redalyc. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118178005>

### **Tesis en línea**

- Álvarez C. (2015) “Estrés y técnicas de afrontamiento de estudiantes universitarios en Quito” Recuperado de: <http://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/7273/1/UDLA-EC-TPC-2015-11.pdf>
- Briones E. y Tumbaco Ch. (2016) “Resiliencia materna y ajuste parental ante la discapacidad en madres de centros Educativos Básicos Especiales de Lima”. Recuperado de: <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/416>
- Contreras Y. y, Roa M. (2015) Técnicas e instrumento de investigación. Recuperado de: <http://tecnicasdeinvestigacion2015.blogspot.com/>
- Corral M. (2015). “Inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en el voluntariado de cruz roja: estudio preliminar para el diseño de acciones formativas”. Recuperado de: [http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/50752/Version\\_IndicesDEF%20%281%29%20-%20copia.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/50752/Version_IndicesDEF%20%281%29%20-%20copia.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Duque T. (2015) “Reacciones emocionales de los padres como consecuencia de la adaptación en la inclusión educativa de sus hijos con necesidades educativas especiales de la escuela de educación básica Génesis de la ciudad de Latacunga”. Recuperado de: <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/10551/1/CRISTIANDUQUE%20TESIS.pdf>
- Encarnada A. (2015) “Estrés de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas: diseño y efectividad de un programa de intervención”. Recuperado de: <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/399039/TESI.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez A, Piqueras J. E inglés C. (2014) “Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés”. Recuperado en: [https://www.researchgate.net/publication/267842950\\_Relaciones\\_entre\\_Inteligencia\\_Emocional\\_y\\_Estrategias\\_de\\_Afrontamiento\\_ante\\_el\\_Estres](https://www.researchgate.net/publication/267842950_Relaciones_entre_Inteligencia_Emocional_y_Estrategias_de_Afrontamiento_ante_el_Estres)
- Mendoza A. (2014) “Estrés parental y optimismo en padres de niños con espectro autista”. (Tesis para título profesional, Pontificia Universidad Católica del

- Perú). Recuperado de:  
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/5732>
- Mirabal S. (2012) “Análisis de la relación que se establece entre las expectativas de padres y profesores de alumnos con necesidades educativas especiales sobre la atención escolar que reciben los hijos/alumno y el progreso de los mismos”. Recuperado de:  
[https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/8710/1/0666100\\_00000\\_0000.pdf](https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/8710/1/0666100_00000_0000.pdf)
- Pineda G. (2012) “Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres de niños con trastorno del espectro autista”. (Tesis para título profesional, Pontificia Universidad Católica del Perú). Recuperado de:  
<http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/1659>
- Sac A. (2013) “Resiliencia en padres de niños con capacidades diferentes (Estudio realizado con padres de niños que asisten a un FUNDABIEM del Municipio de Quetzaltémango de Departamento de Quetzaltémango.”. Recuperado de:  
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Sac-Mileny.pdf>
- Zavala C. (2010) “La influencia psicoemocional de la familia en el desarrollo de niños y niñas con necesidades educativas especiales”. Recuperado de:  
<http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/10072/1/TESIS%20INFLUENCIA%20PSICOEMOCIONAL%20DE%20LA%20FAMILIA.pdf>

## **ANEXOS**

TÍTULO: “Inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017”

AUTOR: Elme Chauca, Marcien Anais

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLE Y DIMENSIONES	DISEÑO METODOLÓGICO	TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA.
<p>Problema general ¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en el problema de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?</p> <p>¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en la emoción de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación que existe la inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p> <p>Objetivos específicos Identificar la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en el problema de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p> <p>Determinar la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en la emoción de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p>	<p>Hipótesis general Ho No existe asociación significativa entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p> <p>Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y modos de afrontamiento del estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p> <p>Hipótesis específicas Ho No existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en el problema de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro</p>	<p><b>Inteligencia Emocional:</b> Según ICE- BarOn (1997), los define como “Es la agrupación de habilidades personales, emocionales y sociales que influyen en nuestra capacidad de adaptarnos a las demandas y presiones del medio que nos rodea” (citado por Ugarriza, 2001, p. 131).</p> <p>Intrapersonal Interpersonal Adaptabilidad Manejo de tensión Animo General</p> <p><b>Afrontamiento al estrés:</b> Según Casuso (1996). “El afrontamiento consiste en la respuesta inmediata</p>	<p>Tipo Enfoque cuantitativo - Descriptiva</p> <p>Diseño de la investigación Corte transversal correlacional</p>	<p>Cuestionario</p> <p>De procesamiento De datos: SPSS</p> <p>Análisis de frecuencia.</p>	<p>Muestra Probalístico por conveniencia . N: 47 padres de familia.</p>

<p>¿Cuál es la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión de otros estilos de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017?</p>	<p>2017. Deducir la asociación que existe entre inteligencia emocional y la dimensión de otros estilos de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p>	<p>Ann Sullivan del Perú, Lima 2017. Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en el problema de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.  Ho No existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en la emoción de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017. Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión centrada en la emoción de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.  Ho No existe asociación entre significativa inteligencia emocional y la dimensión de otros</p>	<p>con el fin de eliminar la fuente de peligro o reducir la percepción del evento amenazante (denegación, recursos a medicamentos, ansiolíticos)” (p. 6).  Estilos de afrontamiento centrado en el problema  Estilos de afrontamiento centrado en la emoción  Otros estilos adicionales de afrontamiento</p>			
--	---	--	--	--	--	--

		<p>estilos de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p> <p>Ha Existe asociación significativa entre inteligencia emocional y la dimensión de otros estilos de los padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima 2017.</p>				
--	--	---	--	--	--	--

## CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, \_\_\_\_\_

<b>No Acepto</b>	<b>Acepto</b>
( )	( )

de manera voluntaria colaborar con el proyecto de tesis sobre “Inteligencia emocional y modos de afrontamiento al estrés en padres de hijos con habilidades diferentes” realizado por la Srta. Anais Elme Chauca egresada de la carrera de Psicología de la Universidad San Pedro Filial Lima Sede Huacho. La información obtenida será con fines exclusivamente académicos, manteniendo siempre el anonimato de los participantes, durante y posterior a la investigación.

Los dos cuestionarios que se realizarán serán: el *Inventario de Inteligencia Emocional (BarOn) – adaptado por La Dra. Nelly Ugarruiza (2001)* y *Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés (COOPE)*, tomando entre 45 a 50 minutos finalizarlos.

Dado que la participación en los cuestionarios es voluntaria, es posible decidir retirarme del proceso en caso experimente incomodidad durante la realización de estos.

El objetivo de esta investigación es determinar la relación de la inteligencia emocional y los modos de enfrentamiento al estrés que los padres tienen, de acuerdo a la realidad de educar y criar a un hijo con autismo.

He sido informado(a) de las condiciones, por lo tanto, acepto colaborar con el cuestionario realizado.

Firma del participante: \_\_\_\_\_  
 DNI : \_\_\_\_\_

**Lima, noviembre de 2017**

**Bases de datos**



RESULTADOS1 CON SPSS (1).xls [Modo de compatibilidad] - Excel

Archivos Inicio Insertar Disposición de página Fórmulas Datos Revisar Vista Ayuda ¿Qué desea hacer? Compartir

Calibri 11 Fuente Alineación Número Estilos Estilos Celdas Edición

Y19

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z	AA
1	Edad	Sexo	IE	Al. Directo	Planif. Activ.	Sup. Activ.	Pietr. Afront.	Búsqueda Soc.	Susca. Soc. Emoc.	Hein. terpret.	Acept. ac.	Piet. a. Pelig.	Anal. Emoc.	Negac.	Cond. Inad.	Distra. c.											
2	1	50	1	382	2	1	0	0	1	4	4	1	1	2	1	0	17	3	11	3	17						
3	2	44	1	344	4	4	4	2	4	0	3	3	2	2	0	0	0	28	18	10	0	28					
4	3	47	1	350	3	4	3	2	4	4	4	4	3	2	0	1	1	35	16	17	2	35					
5	4	37	1	310	3	2	1	2	0	0	2	4	0	3	2	1	1	21	8	9	4	21					
6	5	40	2	399	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	0	2	2	40	17	19	4	40					
7	6	29	2	435	4	2	3	2	3	3	4	2	2	1	2	1	1	30	14	12	4	30					
8	7	46	2	465	2	1	2	2	4	1	4	4	3	2	3	1	3	32	11	14	7	32					
9	8	47	2	377	2	2	2	3	3	3	4	4	3	1	0	1	2	30	12	15	3	30					
10	9	46	2	387	3	2	1	0	3	2	4	3	3	2	0	2	1	26	9	14	3	26					
11	10	51	2	357	3	2	4	2	4	3	3	4	3	3	0	1	0	32	15	16	1	32					
12	11	30	1	333	3	3	4	2	2	2	3	3	0	2	0	1	0	25	14	10	1	25					
13	12	45	2	455	3	3	3	0	4	4	4	2	4	4	0	1	4	36	13	18	5	36					
14	13	52	2	456	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	1	3	4	46	19	19	8	46					
15	14	55	1	405	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	2	1	1	40	17	19	4	40					
16	15	49	2	412	3	3	2	4	4	3	4	2	0	2	2	0	3	32	16	11	5	32					
17	16	54	2	438	2	2	1	4	4	3	4	3	4	2	3	1	2	35	13	16	6	35					
18	17	45	2	340	3	2	2	2	4	4	4	2	1	1	0	0	2	27	13	12	2	27					
19	18	31	2	361	4	4	3	3	4	4	4	2	0	0	0	1	33	18	14	1	33						
20	19	47	1	348	4	4	1	2	3	3	4	1	2	1	0	0	0	25	14	11	0	25					
21	20	40	2	312	3	4	4	3	0	0	3	3	3	0	2	2	2	29	14	9	6	29					
22	21	47	1	293	3	3	2	1	3	2	3	4	2	2	2	0	2	29	12	13	4	29					
23	22	44	2	394	2	3	0	0	2	3	4	4	3	1	1	0	2	25	7	15	3	25					
24	23	61	1	411	1	1	4	3	3	1	3	4	4	4	1	2	2	33	12	16	5	33					

Calcular

## Correo a Nelly Ugarriza

Buen día Dra. Nelly Ugarriza, le saluda Anais Elme especialista del Centro Ann Sullivan del Perú, reciba usted cordiales saludos de Liliana Mayo y Yemi Oyama.

Liliana me facilito su correo electrónico con el fin de contactarme con usted y solicitar lo siguiente: Ajustar la presentación del Cuestionario Inventario de Inteligencia Emocional (BAROn) adaptado por usted.

Actualmente me encuentro realizando una investigación orientada para obtener el grado de Licenciatura en Psicología. Para la cual eh elegido usar dicho cuestionario, mi muestra serán los padres de familia que asisten al Programa de Inclusión Escolar del Centro Ann Sullivan del Perú, por ello deseo brindar una presentación fácil del cuestionario; donde el padre de familia en un solo formato encontrará preguntas y alternativas de una forma ordenada. Por lo tanto en cada presentación de la hoja en la parte superior se encontrará los significados de cada numero a elegir en su respuesta. Asimismo se ha organizado en cuadros cada preguntas y sus opciones para marcar.

Le adjunto la propuesta de ajuste a la presentación del cuestionario. El objetivo es dar la comodidad a los padres al responder las preguntas.

El titulo de investigación es: "Inteligencia emocional y modos de afrontamiento al estrés en padres de hijos con habilidades diferentes del Centro Ann Sullivan del Perú, Lima - 2017"

De antemano agradezco su atención.

Muchas gracias.

Nombre: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_  
Ocupación: \_\_\_\_\_ Especialidad: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### Inventario de inteligencia emocional (BarOn)

Este cuestionario contiene una serie de frases cortas que permiten hacer una descripción de ti mismo(a). Para ello, debes indicar en qué medida cada una de las oraciones que aparecen a continuación es verdadera, de acuerdo a como te sientes, piensas o actúas la mayoría de las veces. Hay cinco respuestas por cada frase.

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. A veces es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.

#### Instrucciones

Lee cada una de las frases y selecciona UNA de las cinco alternativas, la que sea más apropiada para ti, seleccionando el número (del 1 al 5) que corresponde a la respuesta que escogiste según sea tu caso. **Marca con un aspa el número.**

Si alguna de las frases no tiene que ver contigo, igualmente responde teniendo en cuenta cómo te sentirías, pensarías o actuarías si estuvieras en esa situación. Notarás que algunas frases no te proporcionan toda la información necesaria; aunque no estés seguro(a) selecciona la respuesta más adecuada para ti. No hay respuestas "correctas" o "incorrectas", ni respuestas "buenas" o "malas". Responde honesta y sinceramente de acuerdo a cómo eres, NO como te gustaría ser, no como te gustaría que otros te vieran. NO hay límite de tiempo, pero, por favor, trabaja con rapidez y asegúrate de responder a TODAS las oraciones.

	1	2	3	4	5
1. Para superar las dificultades que se me presentan actúo paso a paso.	1	2	3	4	5
2. Es duro para mí disfrutar de la vida.	1	2	3	4	5
3. Prefiero un trabajo en el que se me diga casi todo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5
4. Sé cómo enfrentar los problemas más desagradables.	1	2	3	4	5
5. Me agradan las personas que conozco.	1	2	3	4	5
6. Trato de valorar y darle el mejor sentido a mi vida.	1	2	3	4	5
7. Me resulta relativamente fácil expresar mis sentimientos	1	2	3	4	5
8. Trato de ser realista, no me gusta fantasear ni soñar despierto(a).	1	2	3	4	5
9. Reconozco con facilidad mis emociones.	1	2	3	4	5
10. Soy incapaz de demostrar afecto.	1	2	3	4	5
11. Me siento seguro(a) de mí mismo(a) en la mayoría de situaciones.	1	2	3	4	5
12. Tengo la sensación de que algo no está bien en mi cabeza.	1	2	3	4	5
13. Tengo problemas para controlarme cuando me enojo.	1	2	3	4	5
14. Me resulta difícil comenzar cosas nuevas.	1	2	3	4	5
15. Cuando enfrente una situación difícil me gusta reunir toda la información que pueda sobre ella.	1	2	3	4	5
16. Me gusta ayudar a la gente	1	2	3	4	5
17. Me es difícil sonreír	1	2	3	4	5
18. Soy incapaz de comprender cómo se sienten los demás.	1	2	3	4	5
19. Cuando trabajo con otros tiendo a confiar más en sus ideas que en las mías.	1	2	3	4	5
20. Creo que puedo controlarme en situaciones muy difíciles.	1	2	3	4	5
21. Realmente no sé para que soy bueno(a).	1	2	3	4	5
22. No soy capaz de expresar mis ideas.	1	2	3	4	5
23. Me es difícil compartir mis sentimientos más íntimos con los demás.	1	2	3	4	5
24. No tengo confianza en mí mismo(a).	1	2	3	4	5

De: Nelly Ugarriza Chávez  
Enviado: sábado, 30 de septiembre  
Asunto: Re: Solicitud presentación  
Perú  
Para: Marcien Anais Elme Chauca

Estimada Anais Elme  
No hay problema, si los cambios e  
esta bien. Son cuatro páginas más  
se aplica en forma simultanea.  
Me agradaría conocer los resultad  
Cariños a Liliana y a Yemy, esper

Cordialmente  
Dra. Ugarriza

Cuestionarios  
de IE

1=Rara vez o nunca. 2=Pocas veces. 3= A veces es mi caso. 4=Muchas veces es mi caso. 5=Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.					
	1	2	3	4	5
25. Creo que he perdido la cabeza.	1	2	3	4	5
26. Soy optimista en la mayoría de las cosas que hago.	1	2	3	4	5
27. Cuando comienzo a hablar me resulta difícil detenerme.	1	2	3	4	5
28. En general, me resulta difícil adaptarme.	1	2	3	4	5
29. Me gusta tener una visión general de un problema antes de intentar solucionarlo.	1	2	3	4	5
30. No me molesta aprovecharme de los demás, especialmente si se lo merecen.	1	2	3	4	5
31. Soy una persona bastante alegre y optimista.	1	2	3	4	5
32. Prefiero que otros tomen decisiones por mí.	1	2	3	4	5
33. Puedo manejar situaciones de estrés, sin ponerme demasiado nervioso.	1	2	3	4	5
34. Pienso bien de las personas.	1	2	3	4	5
35. Me es difícil entender cómo me siento.	1	2	3	4	5
36. He logrado muy poco en los últimos años.	1	2	3	4	5
37. Cuando estoy enojado(a) con alguien se lo puedo decir.	1	2	3	4	5
38. He tenido experiencias extrañas que no puedo explicar.	1	2	3	4	5
39. Me resulta fácil hacer amigos(as).	1	2	3	4	5
40. Me tengo mucho respeto.	1	2	3	4	5
41. Hago cosas muy raras.	1	2	3	4	5
42. Soy impulsivo(a), y eso me trae problemas.	1	2	3	4	5
43. Me resulta difícil cambiar de opinión.	1	2	3	4	5
44. Soy bueno para comprender los sentimientos de las personas.	1	2	3	4	5
45. Lo primero que hago cuando tengo un problema es detenerme a pensar.	1	2	3	4	5
46. A la gente le resulta difícil confiar en mí.	1	2	3	4	5
47. Estoy contento(a) con mi vida.	1	2	3	4	5
48. Me resulta difícil tomar decisiones por mí mismo(a).	1	2	3	4	5
49. No puedo soportar el estrés.	1	2	3	4	5
50. En mi vida no hago nada malo.	1	2	3	4	5
51. No disfruto lo que hago.	1	2	3	4	5
52. Me resulta difícil expresar mis sentimientos más íntimos.	1	2	3	4	5
53. La gente no comprende mi manera de pensar.	1	2	3	4	5
54. Generalmente espero lo mejor.	1	2	3	4	5
55. Mis amigos me confían sus intimidades.	1	2	3	4	5
56. No me siento bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5
57. Percibo cosas extrañas que los demás no ven.	1	2	3	4	5
58. La gente me dice que baje el tono de voz cuando discuto.	1	2	3	4	5
59. Me resulta fácil adaptarme a situaciones nuevas.	1	2	3	4	5
60. Cuando intento resolver un problema analizo todas las posibles soluciones y luego escojo la que considero mejor.	1	2	3	4	5
61. Me detendría y ayudaría a un niño que llora por encontrar a sus padres, aun cuando tuviese algo que hacer en ese momento.	1	2	3	4	5
62. Soy una persona divertida.	1	2	3	4	5
63. Soy consciente de cómo me siento.	1	2	3	4	5
64. Siento que me resulta difícil controlar mi ansiedad.	1	2	3	4	5
65. Nada me perturba.	1	2	3	4	5
66. No me entusiasman mucho mis intereses.	1	2	3	4	5
67. Cuando estoy en desacuerdo con alguien soy capaz de decirselo.	1	2	3	4	5
68. Tengo tendencia a fantasear y a perder contacto con lo que ocurre a mi alrededor.	1	2	3	4	5
69. Me es difícil llevarme con los demás.	1	2	3	4	5
70. Me resulta difícil aceptarme tal como soy.	1	2	3	4	5
71. Me siento como si estuviera separado(a) de mi cuerpo.	1	2	3	4	5
72. Me importa lo que puede sucederle a los demás.	1	2	3	4	5
73. Soy impaciente.	1	2	3	4	5

1=Rara vez o nunca. 2=Pocas veces. 3= A veces es mi caso. 4=Muchas veces es mi caso. 5=Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.					
74. Puedo cambiar mis viejas costumbres.	1	2	3	4	5
75. Me resulta difícil escoger la mejor solución cuando tengo que resolver un problema.	1	2	3	4	5
76. Si pudiera violar la ley sin pagar las consecuencias, lo haría en determinadas situaciones.	1	2	3	4	5
77. Me deprimó.	1	2	3	4	5
78. Sé cómo mantener la calma en situaciones difíciles.	1	2	3	4	5
79. Nunca he mentado.	1	2	3	4	5
80. En general me siento motivado(a) para continuar adelante, incluso cuando las cosas se ponen difíciles.	1	2	3	4	5
81. Trato de continuar y desarrollar aquellas cosas que me divierten.	1	2	3	4	5
82. Me resulta difícil decir "no" aunque tenga el deseo de hacerlo.	1	2	3	4	5
83. Me dejo llevar por mi imaginación y mis fantasías.	1	2	3	4	5
84. Mis relaciones más cercanas significan mucho, tanto para mí como para mis amigos.	1	2	3	4	5
85. Me siento feliz con el tipo de persona que soy	1	2	3	4	5
86. Tengo reacciones fuertes, intensas, que son difíciles de controlar.	1	2	3	4	5
87. En general, me resulta difícil realizar cambios en mi vida cotidiana.	1	2	3	4	5
88. Soy consciente de lo que me está pasando, aun cuando estoy alterado(a).	1	2	3	4	5
89. Para poder resolver una situación que se presenta, analizo todas las posibilidades existentes.	1	2	3	4	5
90. Soy capaz de respetar a los demás.	1	2	3	4	5
91. No estoy muy contento(a) con mi vida.	1	2	3	4	5
92. Prefiero seguir a otros a ser líder.	1	2	3	4	5
93. Me resulta difícil enfrentar las cosas desagradables de la vida.	1	2	3	4	5
94. Nunca he violado la ley.	1	2	3	4	5
95. Disfruto de las cosas que me interesan	1	2	3	4	5
96. Me resulta relativamente fácil decirle a la gente lo que pienso.	1	2	3	4	5
97. Tiendo a exagerar.	1	2	3	4	5
98. Soy sensible ante los sentimientos de las otras personas.	1	2	3	4	5
99. Mantengo buenas relaciones con los demás.	1	2	3	4	5
100. Estoy contento(a) con mi cuerpo	1	2	3	4	5
101. Soy una persona muy extraña.	1	2	3	4	5
102. Soy impulsivo(a).	1	2	3	4	5
103. Me resulta difícil cambiar mis costumbres.	1	2	3	4	5
104. Considero que es muy importante ser un(a) ciudadano(a) que respeta la ley.	1	2	3	4	5
105. Disfruto las vacaciones y los fines de semana.	1	2	3	4	5
106. En general tengo una actitud positiva para todo, aun cuando surgen problemas.	1	2	3	4	5
107. Tengo tendencia a depender de otros.	1	2	3	4	5
108. Creo en mi capacidad para manejar los problemas más difíciles	1	2	3	4	5
109. No me siento avergonzado(a) por nada de lo que he hecho hasta ahora.	1	2	3	4	5
110. Trato de aprovechar al máximo las cosas que me gustan y me divierten.	1	2	3	4	5
111. Los demás piensan que no me hago valer, que me falta firmeza.	1	2	3	4	5
112. Soy capaz de dejar de fantasear para volver a ponerme en contacto con la realidad.	1	2	3	4	5
113. Los demás opinan que soy una persona sociable.	1	2	3	4	5
114. Estoy contento(a) con la forma en que me veo.	1	2	3	4	5
115. Tengo pensamientos extraños que los demás no logran entender.	1	2	3	4	5
116. Me es difícil describir lo que siento.	1	2	3	4	5
117. Tengo mal carácter.	1	2	3	4	5

1=Rara vez o nunca. 2=Pocas veces. 3= A veces es mi caso. 4=Muchas veces es mi caso. 5=Con mucha frecuencia o siempre es mi caso.					
	1	2	3	4	5
118. Por lo general, me trabo cuando pienso acerca de las diferentes maneras de resolver un problema.	1	2	3	4	5
119. Me es difícil ver sufrir a la gente.	1	2	3	4	5
120. Me gusta divertirme.	1	2	3	4	5
121. Me parece que necesito de los demás más de lo que ellos me necesitan.	1	2	3	4	5
122. Me pongo ansioso(a).	1	2	3	4	5
123. No tengo días malos.	1	2	3	4	5
124. Intento no herir los sentimientos de los demás.	1	2	3	4	5
125. No tengo una buena idea de lo que quiero en la vida.	1	2	3	4	5
126. Me es difícil hacer valer mis derechos.	1	2	3	4	5
127. Me es difícil ser realista.	1	2	3	4	5
128. No mantengo relación con mis amistades.	1	2	3	4	5
129. Haciendo un balance de mis puntos positivos y negativos me siento bien conmigo mismo(a).	1	2	3	4	5
130. Tengo una tendencia a explotar de cólera fácilmente.	1	2	3	4	5
131. Si me viera obligado(a) a dejar mi casa actual, me sería difícil adaptarme nuevamente.	1	2	3	4	5
132. En general, cuando comienzo algo nuevo tengo la sensación de que voy a fracasar.	1	2	3	4	5
133. He respondido sincera y honestamente a las frases anteriores.	1	2	3	4	5

## Cuestionario de Modos de Afrontamiento

### CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS FORMA DISPOSIONAL

#### Instrucciones

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos QUE MAS USA. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

NUNCA  
SIEMPRE

(NO)  
(SI)

1. Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema
2. Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema
3. Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema
4. Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.
5. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron
6. Hablo con alguien sobre mis sentimientos
7. Busco algo bueno de lo que está pasando.
8. Aprendo a convivir con el problema.
9. Busco la ayuda de Dios.
10. Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones
11. Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.
12. Dejo de lado mis metas
13. Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente
14. Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema
15. Elaboro un plan de acción
16. Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades
17. Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita

18. Trato de obtener el consejo de otros para saber que hacer con el problema
19. Busco el apoyo emocional de amigos o familiares
20. Trato de ver el problema en forma positiva
21. Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado
22. Deposito mi confianza en Dios
23. Libero mis emociones
24. Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.
25. Dejo de perseguir mis metas
26. Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema
27. Hago paso a paso lo que tiene que hacerse
28. Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema
29. Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema
30. Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.
31. Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema
32. Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.
33. Aprendo algo de la experiencia
34. Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido
35. Trato de encontrar consuelo en mi religión
36. Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros
37. Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema
38. Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado
39. Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema
40. Actúo directamente para controlar el problema
41. Pienso en la mejor manera de controlar el problema
42. Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema
43. Me abstengo de hacer algo demasiado pronto
44. Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema
45. Busco la simpatía y la comprensión de alguien.
46. Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia
47. Acepto que el problema ha sucedido
48. Rezo más de lo usual
49. Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema
50. Me digo a mí mismo : "Esto no es real"
51. Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema
52. Duermo más de lo usual.