

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Estrategias de afrontamiento al estrés en padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori, del Cercado de Lima - periodo 2019

Trabajo de Suficiencia Profesional para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Bachiller: María Angélica Armijo Rojas

Asesor:

Anabel Rojas Espinoza

Lima – Perú

2019

Dedicatoria:

Dedico esta investigación, a mi madre

María Teresa por ser mi inspiración.

A mi padre Paulo por su apoyo incondicional.

A mi hermano Paulo Miguel por sus abrazos y

por siempre confiar en mí.

A Joel por su amor y paciencia infinita.

Agradecimiento

*Agradezco Dios y a la Virgen de
Guadalupe por guiarme siempre.*

A mi familia por confiar en mí.

PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado:

Dando cumplimiento a las normas de la Directiva N° 003-FPs y TS.-2016 de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega, para obtener el título profesional de licenciatura bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA, expongo ante ustedes mi trabajo de investigación denominado *“Estrategias de afrontamiento al estrés en padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori, del Cercado de Lima - periodo 2019”*.

Por lo cual espero que esta investigación sea evaluada y merezca su aprobación.

Atentamente.

María Angélica Armijo Rojas

ÍNDICE

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Presentación	iv
Índice	v
Índice de anexos	ix
Índice de tablas	x
Índice de figuras	xii
Resumen	14
Abstract	15
CAPÍTULO I: Planteamiento del problema	16
1.1. Descripción de la realidad problemática	18
1.2. Formulación del problema	18
1.2.1. Problema general	18
1.2.2. Problemas específicos	18
1.3. Objetivos	20
1.3.1. Objetivo general	20
1.3.2. Objetivos específicos	20
1.4. Justificación e importancia	21

CAPÍTULO II: Marco teórico conceptual	23
2.1. Antecedentes	23
2.1.1. Antecedentes internacionales	23
2.1.2. Antecedentes nacionales	26
2.2. Bases teóricas	28
2.2.1. Conceptualización de Afrontamiento al Estrés	28
2.2.2. Modelos de Afrontamiento al Estrés	32
2.2.3. Dimensiones de las estrategias de afrontamiento	37
2.3. Definiciones conceptuales	38
CAPÍTULO III: Metodología	40
3.1. Tipo de investigación	40
3.2. Diseño de investigación	40
3.3. Población y muestra	40
3.4. Identificación de las variables y Operacionalización	40
3.5. Técnicas e instrumentos de evaluación	43
CAPÍTULO IV: Presentación, procesamiento y análisis de resultados	45
4.1. Presentación de resultados generales	45
4.2. Presentación de resultados específicos	50
4.3. Procesamiento de los resultados	59
4.4. Discusión de los resultados	59

4.5.	Conclusiones	61
4.6	Recomendaciones	61
CAPITULO V: PROGRAMA DE INTERVENCIÓN		62
5.1	Denominación problema	62
5.2	Justificación del programa	62
5.3	Estableciendo Objetivos	63
5.4	Sector al que se dirige	64
5.5	Establecimiento de conductas problemas/ Metas	64
5.5.1.	Conductas problemáticas	64
5.5.2	Establecimiento de metas	64
5.6	Metodología de la Intervención	65
5.7	Materiales a utilizar	66
5.7.1	Recursos Materiales:	66
5.7.2.	Recursos Tecnológicos:	66
5.7.3.	Recursos Humanos:	67
5.8	Sesiones del Programa	68

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Consistencia

Anexo 2. Inventario de Estrategias de Afrontamiento

Anexo 3. Anexos del programa de intervención

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Matriz de Operacionalización	49
Tabla 2. Escala de Calificación del Cuestionario	51
Tabla 3. Baremo de interpretación de la variable	51
Tabla 4. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según el sexo.	52
Tabla 5. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según la edad.	53
Tabla 6. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según el distrito de procedencia.	54
Tabla 7. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según el tipo de diagnóstico del niño.	55
Tabla 8. Nivel de la estrategia resolución de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	57
Tabla 9. Nivel de la estrategia reestructuración cognitiva, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	58
Tabla 10. Nivel de la estrategia apoyo social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	59
Tabla 11. Nivel de la estrategia expresión emocional, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes	60
Tabla 12. Nivel de la estrategia pensamiento desiderativo, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes	61

Tabla13. Nivel de la estrategia evitación de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	62
Tabla14. Nivel de la estrategia retirada social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	63
Tabla15. Nivel de la estrategia autocrítica, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	64
Tabla16. Nivel de estrategias de afrontamiento al estrés de los padres de familia del PRITE María Montessori.	65

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Diseño de la investigación	47
Figura 2. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según el sexo.	52
Figura 3. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según la edad.	53
Figura 4. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según el distrito de procedencia.	54
Figura 5. Datos sociodemográficos de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, según el tipo de diagnóstico del niño.	56
Figura 6. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión resolución del problema.	57
Figura 7. Nivel de la estrategia resolución de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	58
Figura.8. Nivel de la estrategia apoyo social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	59
Figura 9. Nivel de la estrategia expresión emocional, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	60
Figura 10. Nivel de la estrategia pensamiento desiderativo, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	61
Figura 11. Nivel de la estrategia evitación de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes.	62

Figura 12. Nivel de la estrategia retirada social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes. 63

Figura 13. Nivel de la estrategia dimensión autocrítica, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes. 64

Figura 14. Nivel de estrategias de afrontamiento al estrés de los padres de familia del PRITE María Montessori. 65

RESUMEN

Esta investigación surge para determinar el nivel de estrategias de afrontamiento empleadas por padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE “María Montessori” Cercado de Lima 2019. El estudio es de tipo descriptivo, con un diseño no experimental y con un enfoque cuantitativo. La población está compuesta por 40 padres de familia cuyos hijos asisten al PRITE y presentan diferentes diagnósticos. La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta y el instrumento empleado fue un inventario de estrategias de afrontamiento, elaborado por Cano, Rodríguez y García (2007). Se concluye que las estrategias de afrontamiento al estrés desarrolladas por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da predominantemente en un nivel alto con un 66%, lo que demuestra que los padres manejan mecanismos de defensa cognitiva y conductual para enfrentar las situaciones cotidianas.

Palabras Claves: estrategias de afrontamiento, habilidades diferentes, estrés.

RESUMEN

This research arises to determine the level of coping strategies employed parents with children different abilities from the PRITE “María Montessori ” Cercado de Lima 2019. The study is descriptive, with a non-experimental design and a quantitative approach. The population is composed of 40 parents whose children attend the PRITE and present different diagnoses. The technique used for data collection was the survey and the instrument used was an inventory of coping strategies, prepared by Cano, Rodríguez and García (2007). It is concluded that stress coping strategies developed by parents with children with different abilities, predominantly at a high level with 66%, which shows that parents handle cognitive and behavioral defense mechanisms to face everyday situations.

Keywords: coping strategies, different skills, stress.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad vivimos en una sociedad acelerada donde estamos expuestos a una serie de demandas internas y externas, donde las estrategias de afrontamiento son los esfuerzos cognitivos y conductuales aplicados para nuestra rutina diaria. El estrés es un proceso psicológico que se crea ante una situación exigente del organismo frente a la cual no tenemos suficiente información o respuestas adecuadas para resolverla.

Recibir la noticia de que nuestro hijo tiene alguna discapacidad, sin duda pone en un shock inicial a cualquier familia, acompañado de un profundo malestar e incertidumbre y una gran preocupación por cómo afectará este hecho en futuro, ya que generará un cambio radical en la rutina de los integrantes, desde el momento donde reciben el diagnóstico del niño, durante el proceso de adaptación hasta asimilar el problema.

La presente investigación procura determinar las estrategias de afrontamiento empleadas por los padres de familia con hijos con habilidades especiales del PRITE Maria Montessori, Cercado de Lima 2019. Debido poca información alusiva a la investigación, sin embargo se encontró estudios sobre variables relacionadas como el estrés parental, el estado emocional de los padres, crianza de hijos con discapacidad.

Para efectos del trabajo, lo hemos propuesto por capítulos los cuales se plantearán a continuación.

Encontramos en el capítulo I, el Planteamiento del problema, que está constituido por su descripción, formulación del problema principal y problemas secundarios que servirá para ser contestados luego. Además, cuenta con el objetivo general y objetivos específicos, como también la justificación e importancia de la investigación.

Seguido del capítulo II, marco teórico, donde se describe los antecedentes nacionales e internacionales, las bases teóricas que respaldan la investigación, así como las definiciones conceptuales.

Con respecto al capítulo III, contempla tipo, diseño, población y muestra de estudio, técnica de recolección y análisis de los datos, así como el procedimiento de la investigación.

Continuando con el capítulo IV, se analiza y compara resultados obtenidos en la investigación, incluyendo también la discusión, se dan a conocer las conclusiones y recomendaciones

Finalmente, se muestra un programa de intervención que comprende descripción de la realidad problemática, objetivo general como específicos, alcance, justificación, metodología, recursos a utilizar y cronograma de actividades.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Descripción de la realidad problemática

La familia es el pilar principal y eje fundamental en la sociedad, organizada por roles de padres y hermanos, la cual pueden estar unidos por un vínculo consanguíneo o por lazos afectivos. La llegada al hogar de un hijo es un gran acontecimiento para toda la familia, sin embargo, cuando lo diagnostican con una discapacidad, la familia sufre un impacto emocional, no sólo por ser inesperado e imprevisto, sino por la incertidumbre de lo que ocurrirá en adelante.

Tener un hijo con discapacidad cambia la rutina familiar, desde el momento en que lo diagnostican, durante el proceso de asimilación y finalmente la aceptación, toda la familia pasa por reajuste emocional, pues esta nueva situación va a generar nuevas demandas. El proceso que la familia debe afrontar muchas veces está lleno de amargura, incertidumbre y dolor, pero a la vez es una oportunidad para unirse como familia y buscar opciones que faciliten su desarrollo que a través de la rehabilitación con el fin de lograr la inclusión social a largo plazo.

El protagonismo de la familia es fundamental en el proceso de rehabilitación, si bien, cada una es distinta a la otra y por lo tanto procesará la crisis de diferentes formas, todas tienen que afrontar la realidad y reconocer la discapacidad del niño. El estado emocional de los padres se encuentra vulnerable ante el nuevo contexto y muchas veces estas crisis los pueden fortalecer como familia o provocar un conflicto previo a la ruptura de la pareja.

El estrés parental es la respuesta de la persona al percibir que está ante una situación que se percibe como amenazante (Basa, 2010, p. 8). Las situaciones de conflicto más repetitivas que sufre la familia con hijo con discapacidad son: situaciones de conflicto conyugal, conflicto en el vínculo padres hijo con discapacidad y situaciones de conflicto en vínculo fraterno. Muchas veces el tiempo en pareja se ve reducido, desencadenando la poca comunicación y el aislamiento en la relación.

Frecuentemente en familias de escasos recursos, es la madre o la abuela asumen la responsabilidad de cuidar al niño con discapacidad y el padre prácticamente no interviene en el proceso de crianza del hijo solo se dedica a trabajar, muchos de ellos abandonan el hogar al no saber cómo manejar la situación, según el Programa Integral Nacional para el Bienestar Familiar (INABIF) por cada 100 niños 7 de ellos sufrieron abandono por tener alguna discapacidad.

La primera infancia es la etapa fundamental en el crecimiento y desarrollo de todo ser humano, desde su concepción hasta los primeros años de vida. Los niños con discapacidad tienen las mismas necesidades y derechos básicos que todos los demás: un entorno familiar que les brinde seguridad y amor, y un entorno social que los incluya, los inspire y promueva su potencial de crecimiento, desarrollo y felicidad.

Sin embargo, según Sarto (2007), los padres afrontan la discapacidad de diferentes formas, afirmando que “existen tres tipos de relaciones defectuosas entre padres e hijos; en primer lugar, la relación de culpa; en segundo lugar, la relación de arrepentimiento; por último, la relación excesivamente relación exigente”.

En el Perú, INEI en su Primera Encuesta Nacional Especializada sobre Discapacidad, realizada en el año 2012, nos da a conocer que el 5,2% de la población tiene algún tipo de

limitación y que el 4,9% de la población es de 0 a 3 años.

El PRITE María Montessori es un Programa de Intervención Temprana, creado por el gobierno, este alberga a una población de 80 niños menores 3 años con discapacidad o riesgo de adquirirla, entre éstas se encuentran parálisis cerebral, discapacidad intelectual, síndrome de Down, trastorno del espectro autista entre otras.

En su gran medida los padres que participan de este programa son escasos recursos que llegan desde distintas partes del país, con el fin de buscar que sus hijos reciban desde muy pequeños una adecuada rehabilitación. En dicho sentido, la presente investigación busca identificar las estrategias de afrontamiento que presentan los padres que tienen un hijo con discapacidad.

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema general

- ¿Cuál es el nivel de estrategias de afrontamiento para el estrés en padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori, del Cercado de Lima - periodo 2019?

1.2.2 Problemas específicos

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia resolución de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes PRITE María Montessori?

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia reestructuración cognitiva, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia apoyo social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia expresión emocional, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia pensamiento desiderativo, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia evitación de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia retirada social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?

- ¿Cuál es el nivel de la estrategia autocrítica, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

- Determinar el nivel de estrategias de afrontamiento para el estrés en padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori, del Cercado de Lima - periodo 2019

1.3.2 Objetivos específicos

- Determinar el nivel de la estrategia resolución de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes PRITE María Montessori.
- Determinar el nivel de la estrategia reestructuración cognitiva, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori
- Determinar el nivel de la estrategia apoyo social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.
- Determinar el nivel de la estrategia expresión emocional, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.

- Determinar el nivel de la estrategia pensamiento desiderativo, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.

- Determinar el nivel de la estrategia evitación de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.

- Determinar el nivel de la estrategia retirada social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.

- Determinar el nivel de la estrategia autocrítica, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.

1.4. Justificación e importancia

Cada vez son más los niños que desde temprana edad presentan algún tipo de discapacidad física o psicológica y el Perú existe una escasa información referente al afrontamiento para el estrés en padres de familia.

Este estudio contribuirá al campo de la psicología de las necesidades especiales al proporcionar una visión teórica de las estrategias de manejo del estrés para los padres de niños con capacidades diferentes.

Desde el punto de vista práctico, se diagnosticará la realidad de los padres PRITE en

relación con el manejo de estrategias de manejo del estrés, lo que servirá como inversión en el equipo profesional multidisciplinario del PRITE María Montessori, ya que las intervenciones a partir de estos resultados son beneficiosas. se puede hacer por la salud emocional de los padres.

La información sobre este tema contribuirá a una mejor comprensión de las necesidades de apoyo de las familias vulnerables, aspecto fundamental en el diseño e implementación de intervenciones y actividades que fortalezcan las habilidades parentales de estos padres y así optimizar su desempeño como madre y padre.

Por lo mencionado, el presente estudio tiene como objetivo determinar las estrategias de afrontamiento al estrés que presentan los padres a través del Inventario de Estrategias de Afrontamiento.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del Problema

Existen diversos estudios de investigación relacionados al tema de Estrategias de Afrontamiento, en diferentes centros de formación universitaria tanto en el extranjero como dentro de nuestro país.

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Recalde (2015) en Ecuador, realizó la investigación “Estrategias de afrontamiento frente al estrés en madres de niños y niñas de 0 a 2 años que son pacientes del área de Fisioterapia Pediátrica”. La mencionada investigación fue correlacional y se identificaron las variables tenían relaciones entre ellas. Cuyo objetivo fue determinar las estrategias de afrontamiento que emplean las madres, la muestra fue de 50 madres de niños de 0 a 2 años que son pacientes del área de Fisioterapia Pediátrica. Utilizó el cuestionario de afrontamiento cope-28 y el Cuestionario de Estrés Percibido CEP. Y concluyó que las estrategias de afrontamiento que las madres más emplearon son las de afrontamiento conductual del problema en un 68%, seguido por el afrontamiento cognitivo del problema en un 22% y finalmente por el afrontamiento mediante emociones en un 10%.

Esteban, M. (2015) en España, realizó la investigación “Estrategias de afrontamiento del estrés de los padres con hijos con discapacidad intelectual”, tuvo como objetivo identificar las diferentes fases de estrés que vive una familia con un miembro con discapacidad. Su muestra fue de 20 unidades familiares que han mostrado disposición e interés en el estudio de las diferentes estrategias de afrontamiento a una situación de estrés. El instrumento utilizado para analizar las diferentes estrategias de afrontamiento del estrés, ha sido el Inventario de

Estrategias de Afrontamiento (CSI), en su adaptación española en 2006 (Cano, Rodríguez y García, 2007). Se concluyó que las madres son susceptibles de caer en situaciones depresivas, muchas de ellas se sienten solas provocando en ellas altos niveles de estrés.

Ureta (2014) desde España hizo el estudio “Afrontamiento y estilos de crianza en padres de niños con discapacidad”, donde plantea como objetivo conocer las diferencias entre el afrontamiento y estilos de crianza en padres de niños con discapacidad. El tipo fue descriptivo y con una muestra de 60 padres con hijos con discapacidad, empleó el Cuestionario de prácticas parentales y el Inventario de estrategias de afrontamiento (CSI). Los resultados dieron a conocer que no se encuentran diferencias significativas en el nivel de afrontamiento y los estilos de crianza de los padres según el tipo de necesidad educativa especial de sus hijos. Concluyó que los padres van a afrontar de la misma manera la situación independientemente del tipo de discapacidad.

González, Bakker y Rubiales (2014) desde Argentina realizaron el artículo “Estrategias de afrontamiento y estilos parentales en madres de niños con y sin trastorno por déficit de atención e hiperactividad”. Con el objetivo de analizar y comparar las estrategias de afrontamiento y analizar y comparar estrategias de afrontamiento y estilos de crianza en una muestra de 49 personas y tipo de estudio analítico. Los resultados mostraron una diferencia en los estilos de crianza de los niños con TDAH en comparación con el grupo de control, que mostró más críticas, menos expresión emocional y un comportamiento académico más rígido. Se encontró que las madres tendían a utilizar estrategias muy exigentes: centrarse en la resolución de problemas, centrarse negativamente en sí mismas, expresar emociones abiertamente y buscar apoyo social.

Pérez, Menéndez e Hidalgo (2014), en España realizaron el artículo de investigación

“Estrés parental, estrategias de afrontamiento y evaluación en madres de familias en riesgo usuarias de los servicios sociales”, cuyo objetivo era determinar cuánto estrés parental experimentaban las madres y las estrategias que utilizaban para superar estas situaciones. El mencionado estudio fue descriptivo e incluyó a 109 madres previamente en riesgo en los servicios sociales. Se emplearon los instrumentos Estrés parental (PSI-SF) y Estrategias de afrontamiento del estrés (COPE). Evidenciaron altos niveles de estrés en más de la mitad de las mujeres referente a su rol, siendo las estrategias de afrontamiento centradas en el problema las más utilizadas, aunque no están necesariamente vinculadas a un menor nivel de estrés. Concluyendo que no mostraron diferencias significativas entre las familias biparentales y las monoparentales en cuanto al nivel de estrés parental experimentado por las madres.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Rodríguez de Castillejo (2018) presentó un estudio llamado “Estrés parental y afrontamiento en padres de niños con síndrome de Down” Cuyo objetivo fue describir la relación entre los niveles de estrés parental y las estrategias de afrontamiento en los padres con hijos con síndrome de Down. La muestra de 54 padres, utilizó el Cuestionario de Estrés Parental/Short Form (PSI-SF) y el Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE-60), Dando como resultado que las estrategias de afrontamiento más usadas entre los padres fueron las de planificación, aceptación, contención al afrontamiento y búsqueda de soluciones instrumentales. Se concluyó que existe una correlación directa entre el puntaje total de la escala de Estrés Parental con la estrategia de desentendimiento conductual y una indirecta entre la estrategia de búsqueda de soluciones emociones e instrumentales, la estrategia de enfocar y liberar emociones.

Ninapaitan (2018) realizó una investigación acerca de “Estrategias de afrontamiento al

estrés y tipos de discapacidad en padres de familia del CEBE Manuel Duato” cuyo objetivo fue determinar los niveles de estrategias de afrontamiento según el tipo de discapacidad tales como: TEA, síndrome de Down, discapacidad auditiva y discapacidad intelectual. Mencionado estudio fue correlacional y la muestra estuvo compuesta por 150 padres. El instrumento empleado fue el Cuestionario de estrategias de Afrontamiento (CSI). Concluyo que los padres que tienen hijos con discapacidad auditiva presentan un nivel bajo de estrés mientras que los padres con hijos con TEA tienen un alto nivel de estrés, debido a un incorrecto uso de las estrategias de afrontamiento.

Huanca (2018) investigó “Estrategias de afrontamiento para el estrés de las madres de familia con hijos con Síndrome Down, del Centro Educativo Básico Especial del Ejército del Perú Santa Isabel”. Cuyo objetivo fue determinar el nivel de estrategias de afrontamiento para las madres de familia con hijos con síndrome Down. Siendo el tipo de investigación descriptivo y de diseño no experimental, la muestra consta de 35 madres de familia. Se utilizó el instrumento de Inventario de Estrategias de Afrontamiento. Por lo tanto, se concluyó que las madres de familia manejan moderados mecanismos de defensa cognitiva y conductual frente a diversas situaciones del día a día.

Esquerre (2017) investigó las “Estrategias de afrontamiento al estrés entre padres de hijos con y sin necesidades educativas especiales de Florencia de Mora”. Cuyo objetivo fue determinar las diferencias en las respuestas de afrontamiento al estrés en padres de hijos. El diseño de investigación fue descriptivo – comparativo y la muestra constó de 167 padres de familia. El instrumento empleado fue el Inventario de Respuestas de Afrontamiento CRI-A de Moos. Los resultados mostraron que no hubo diferencia significativa en las estrategias de afrontamiento de los padres de niños con y sin necesidades especiales. La conclusión final fue que la reevaluación activa fue la estrategia de afrontamiento dominante entre los padres de

niños con necesidades especiales, el 41 %, y la resolución de problemas fue la dominante entre los padres de niños sin necesidades especiales, lo que representó el 37,3 %.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Conceptualización de afrontamiento al estrés

Dentro de las bases teóricas que enmarcan esta investigación, se definen los términos principales relacionados con afrontamiento al estrés.

a) Concepto de Afrontamiento

Lazarus (1986) define el afrontamiento como: “dichos sacrificios intelectuales y de comportamiento asiduamente variables realizados a fin de revisar los requerimientos particulares exteriores e interiores, los cuales calculados se consideran remanentes o sobrantes de las fortalezas de la persona” (p. 165). El afrontamiento, entonces, es un proceso activo que va cambiando según se vaya modificando el significado del acontecimiento

Según Everly (citado por Carrillo y Cara, 2016) “el afrontamiento también es definido como el esfuerzo del sujeto para reducir los efectos aversivos del estrés, los cuales pueden ser psicológicos o conductuales”. (p. 1).

El concepto de afrontamiento se entrelaza a los resultados que se pueden obtener, no obstante, el enfrentamiento son los comportamientos propiamente dicho, a saber, el modo por el cual el sujeto da uso a los medios indispensables a fin de conducir los distintos requerimientos que le generan estrés.

De otra parte, Holroyd y Lazarus (1982) y Vogel (1985) (citado por Martín, Jiménez y Fernández-Abascal, 1997) refieren que “las estratagemas de afrontamiento resultan ser

determinantes si es que un sujeto vivencia situaciones estresantes o no, con antelación a la condición de los estresores” (p. 3).

El afrontamiento permite al individuo equilibrar un balance emocional, mantener una imagen satisfactoria y de sentido de competencia, asimismo el incremento de relaciones sociales y la preparación para situaciones en conflicto. El afrontamiento puede asimilar diferentes enfoques conceptuales, es decir cuando se considera al afrontamiento desde una perspectiva relacional entre el individuo y su entorno. Se debe incluir esfuerzos necesarios para manejar factores estresantes independientes de los resultados. El afrontamiento está vinculado a conceptos como: estrés, compromiso, creencias, factores internos y externos, por ello está ligado a los procesos de socialización y educación (Mc Cubbin, 1983).

Desde un punto de vista contextual, el afrontamiento como proceso se manifiesta en tres aspectos principales: primero, dar sentido a las observaciones de lo que uno piensa o hace, y segundo; lo que una persona piensa o hace considerada en un contexto particular, tercero; La interpretación de confrontación se refiere al cambio de acciones y pensamientos a medida que evolucionan las interacciones humanas con el medio ambiente. (Lazarus, 1996).

b) Conceptualización de Estrés

Folkman, Lazarus, Gruen y De Longis (1986), exponen que son diversos los eventos de la vida son causantes de estrés, estos suelen provocar desequilibrio emocional. Un evento estresante tiene lugar en el momento que el sujeto reconoce situaciones o circunstancias de tipo amenazante, y de la cual su intensidad desborda la capacidad de las armas con que cuenta para sostenerse, poniendo en riesgo su bienestar. Se presentan de esta manera dos procesos: una valoración cognitiva del acontecimiento y un proceso de afrontamiento. Para el primer proceso, el sujeto pone en valor si el evento le genera daño o beneficio, a saber, de qué manera

afecta su autovaloración. Para el siguiente proceso, evalúa sus capacidades para poder hacer frente a la circunstancia, a fin de prever percances o aclarar sus expectativas.

Selye (1930, en cita de Labrador, 2012) él, estudiando medicina, pudo percatarse que las personas enfermas aparte de sufrir sus males propios. Mostraban sintomatología corriente, en ese sentido tenemos la fatiga, la falta de hambre y de masa corporal, fragilidad de los músculos, agotamiento; llamándose a todos estos síntomas: “síndrome de estar enfermo”.

Posteriormente Selye (1956, en cita de Basa, 2010), introdujo la palabra estrés, traduciéndola como una respuesta corporal indefinida y presente (trabajo normal, enfermedad, consumo de drogas, rutina diaria inadecuada, cambio en el trabajo o en la familia, difícil). Esta reacción es normal y saludable porque prepara a la persona para enfrentar el mal o huir.

Por otro lado, Lazarus (1966, citado por Lazarus & Folkman, 1986) señaló que: “El estrés es un concepto organizador utilizado para entender un amplio grupo de fenómenos de gran importancia en la adaptación humana y animal. Por tanto, no se considera el estrés como una variable sino como una rúbrica de distintas variables y procesos... si vamos a considerar un concepto genérico, debemos delimitar su esfera de significado, de otro modo representará todo aquello que se pueda incluir en el concepto de adaptación” (p.35-36).

Lazarus y Cohen (1977, en cita de Lazarus & Folkman, 1986 mencionan que la definición de estrés está basada en un conjunto de estímulos asociados a las situaciones por las que atraviesa la persona, llamados estresores, los cuales son divididos según el tipo de acontecimiento; cambios mayores (que se refiere a tragedias y afectan a muchas personas),

cambios menores (que afectan únicamente a alguien o a pocos) y los ajetreos diarios.

c) Afrontamiento al estrés

Lazarus y Folkman (1984) consideran el afrontamiento como un trabajo de conocimientos y comportamientos que se utilizan para responder a algún estímulo o demanda tanto externa como interna, estas pueden ser cambiantes y evalúan como remanentes o desbordados las maniobras de la persona limitándola solamente a las que le ocasionen tensión psicológica y necesiten ser diligentes, haciendo empleo de su fortaleza para dominar los requerimientos, disminuyendo el momento de estrés y dominando su medio.

El proceso de enfrentamiento se conforma de tres aspectos principales; el primero se refiere al análisis y valoración asociadas a los pensamientos y acciones del individuo, el segundo involucra el análisis específico de los pensamientos y acciones de uno en un contexto particular; el tercero involucra procesos de afrontamiento, lo que significa cambiar sus pensamientos o acciones para resolver un problema a medida que cambia su relación con su entorno.

Stone, Helder & Scheneider (1988), sostienen que las maniobras de enfrentamiento son acciones y pensamientos utilizados ante causas que pueden ser generadas por nuestro ambiente exterior e interior.

Según Frydenberg y Lewis, (1997), definen el afrontamiento de estrés como una manera adicional de gestionar a nivel afectivo y cognitivo una respuesta ante una situación de gran demanda de nuestro medio o entorno. Dichas acciones que toma el ser humano sirven como restaurador del equilibrio y tiene como propósito el poder reducir o minimizar las consecuencias o repercusiones negativas que puede tener el organismo del sujeto que se encuentra expuso ante dicha situación demandante.

Rueda (2012) refiere que las técnicas de enfrentamiento funcionan como medidores entre la situación y la persona dentro de la situación de tensión, todo esto se dan en unión con la valoración cognitiva.

Contreras O, Chávez M y Aragón L (2011) refieren que las técnicas de enfrentamiento son relevantes ante las experiencias estresantes siendo así un recurso personal y social a través de una decisión individual para el manejo de la situación y el tipo de estrategia de afrontamiento a emplear de acuerdo a su perspectiva.

2.2.2. Modelos teóricos de estrategias de afrontamiento

Existen diversos modelos teóricos que presentaremos a continuación.

a) Modelo teórico de afrontamiento transaccional

Este modelo está fundamentado en la hipótesis de valoración o evaluación cognitiva que fue planteado por Lazarus y Folkman (1986), quienes manifiestan que los planteamientos principales del afrontamiento surgen desde la presencia del estrés, definido por los responsables como las interrelaciones que ocurren entre el sujeto y el entorno en donde se encuentra sumido. Además, el estrés se origina en momentos en donde el sujeto considera muy superior a la situación adversa sobre sus propios recursos que tiene y pueden ser desfavorables para su estar bien. Por lo tanto, esta valoración implica que el sujeto es un escenario de estrés, en donde realiza una Valoración o evaluación cognitiva e identifica el elemento afectivo de la situación adversaria (Vera, 2004).

b) Modelo teórico multiaxial del afrontamiento

Este modelo está fundado en la presunción de la conservación de los recursos de Dunahoo,

et al. (1998) quienes plantean tres ideas principales: primero gran cantidad de estresores presentan un carácter interpersonal; segundo los esfuerzos individuales de las personas para compensar los estresores tienen efectos de naturaleza social; y tercero el afrontamiento es aquella gestión que involucra la interacción con otros sujetos.

Además, se resalta el interés de los individuos por defender sus recursos, los cuales pueden ser de cuatro tipos: características personales, los objetos, condiciones de empleo y energías, las cuales son consideradas como medios que posibilitan el logro de diferentes herramientas. Solo uno de los recursos mencionados es protector de los demás; asimismo, se defiende que la primordial fuente de estrés resulta de la disminución de alguno de estos recursos o herramientas (Corral, 2015).

Por lo que se refiere, inicialmente al afrontamiento, como cualquier labor puesta en marcha por un individuo tanto de tipo cognitivo, como de tipo conductual con el propósito de obtener un progreso de la situación generadora de estrés, entendiéndose este como un estímulo del proceso interactivo, el cual centra situaciones que requieren de modo directa los recursos del individuo, alcanzando de esta manera, una buena salud mental como física de la persona. Por su parte, Dunahoo, et al. (Como se citó en Corral, 2015) menciona la existencia de tres dimensiones en el modelo multiaxial:

- El afrontamiento activo vs pasivo; el afrontamiento activo, junto con una utilización positiva de los recursos sociales, la cual incrementa los beneficios personales en el enfrentamiento al estrés, lo cual implica consecuencias saludables y el cumplimiento de sus metas propuestas.

- El afrontamiento prosocial vs antisocial, el afrontamiento antisocial puede beneficiar el alejamiento del sostén que rodea a la persona provocando resultados perjudiciales para el

bienestar personal, aun cuando se obtuvieron las metas.

- El afrontamiento directo vs indirecto, ya que en ciertas culturas el afrontamiento se origina impidiendo el enfrentamiento particular y la probabilidad de que el concurrente se pueda sentir incómodo.

c) Modelo de afrontamiento de Frydenberg y Lewis

El modelo que plantea Frydenberg y Lewis (1997), se apoya en la teoría de Lazarus, definiendo la variedad de gestiones a nivel cognitivo y afectivo que aparecen como respuesta a un estresor específico, con el objetivo de generar en la persona un estado de bienestar. Según esta conceptualización el afrontamiento nace según las demandas que aparecen en el medio donde el sujeto se relaciona o convive. El afrontamiento tiene como fin el poder controlar al estresor para que el sujeto pueda adaptarse a los requerimientos de la situación.

Este modelo se enfoca en la reevaluación de los resultados. Las personas evalúan las consecuencias de su decisión y con ello sus respuestas generando una nueva. Frydenberg y Lewis (1997), generan un modelo que se encuentra conformado por tres estilos de afrontamiento:

- **Resolver el problema:**

Consiste en solucionar el problema mediante actitudes positivas, utilizando las estrategias como centrarse en el problema, involucrar amigos, esforzarse, tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar pertenencia, reservarlo para sí, buscar actividades relajantes y distraerse.

- **Referencia a otros:**

Se caracteriza por enfrentar la demanda a través de apoyo social. Aquí se utilizan las siguientes estrategias: buscar apoyo espiritual, trabajo en la sociedad, búsqueda de ayuda social y búsqueda de asistencia capacitada.

- **No productivo:**

Lo que define a este estilo es la incapacidad para poder enfrentar las demandas que ocurren en el medio, generando que el sujeto no pueda resolver el problema que le causa intranquilidad. Las estrategias que conforman este estilo son: buscar pertenencia, falta de afrontamiento, preocuparse, hacerse ilusiones, ignorar el problema, falta de afrontamiento, reservarlo para sí, disminución del estrés, y auto inculparse.

d) Modelo de Carver

Según Carver (1994), mencionó en este modelo que existen tácticas de enfrentamiento las cuales son independientes del contexto; es decir, que el modo de enfrentamiento empleado dependerá de los elementos que se presenten en la situación como también de la personalidad. Manifiesta también que las personas pueden llegar a tener un solo estilo de afrontamiento el cual puede ser estable; sin embargo, también menciona que las personas pueden llegar a modificar el modo de enfrentamiento del estrés al cual ya se encuentran adaptados a fin de saber lidiar con la situación estresante.

Por ello indicó que el afrontamiento es una respuesta que presenta el sujeto de manera conductual y cognitiva que se genera ante cualquier situación estresante y que dicha respuesta será de acuerdo a las experiencias anteriores. El autor nos enseña una visión mucho más amplia sobre las formas de enfrentamiento ya que manifiesta una serie de posibilidades para responder ante diferentes situaciones porque de no tener buenas estrategias de afrontamiento se puede desencadenar inestabilidad mental, psicológica y física. Carver, (1994).

Carver, Scheier y Weintraub (1989), aluden que el afrontamiento de estrés centrado en la emoción, centrado en el problema y otros aspectos cuenta con subdivisiones llamadas

estrategias.

Se está utilizando el instrumento adaptado por Salazar y Sánchez (1993), que tiene la constitución de Carver, Scheier y Weintraub (1989), tanto en su agrupación de estilo como en las subdivisiones (estrategias):

Estilo de afrontamiento de estrés centrado en el problema:

- Afrontamiento directo (Activo).
- Planificación de Actividades.
- Supresión de actividades competitivas.
- Retracción (demora) del afrontamiento.
- Búsqueda del soporte social.

Estilo de afrontamiento de estrés centrado en la emoción:

- Búsqueda de soporte emocional.
- Reexplicación efectiva de la experiencia.
- Aceptación.
- Retomo a la religión.
- Negación.

Estilo de afrontamiento de estrés centrado en otros aspectos:

- Análisis de las emociones.
- Conductas inadecuadas.
- Distracción (Afrontamiento Indirecto).

2.2.3. Dimensiones de las estrategias de afrontamiento

La estructura jerárquica de las técnicas de enfrentamiento presentadas por Tobin,

Holroyd, Reynolds & Wigal (1984), estuvo conformada de 14 subescalas, las mismas que incluyeron escalas primarias, escalas secundarias y escalas terciarias.

Posteriormente Cano (2016), analizan las técnicas de enfrentamiento tomando en cuenta solo la escala primaria conformada por las siguientes dimensiones.

- a) **Resolución de problemas:** definido como las técnicas intelectuales y comportamentales orientadas a la supresión de la angustia mediante la reestructuración de la circunstancia que la genera.
- b) **Reestructuración cognitiva:** consiste en técnicas intelectuales que realizan cambios en el alcance del evento estresante.
- c) **Apoyo social:** son aquellas estrategias referidas a la búsqueda de apoyo informativo o emocional.
- d) **Expresión emocional:** esta consiste en técnicas orientadas a la liberación de los sentimientos sucedidos en el transcurso del estrés.
- e) **Evitación de problemas:** concierne a aquellos métodos que incluyen la negativa y el evitamiento de ideas o acciones relacionadas con ese evento estresante.
- f) **Pensamiento desiderativo:** son aquellas estrategias cognitivas que reflejan el deseo de que la realidad no fuera estresante.
- g) **Retirada social:** referido a las técnicas de evitamiento amical, familiar, pares y sujetos significantes relacionados con la respuesta en emociones durante el desarrollo del evento angustiante.
- h) **Autocrítica:** son aquellas técnicas con base en la propia culpa y la crítica personal debido al suceso del evento angustiante o su conducción incorrecta.

2.3. Definiciones conceptuales

- **Afrontamiento:** Conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivos que realiza el

individuo para hacer frente a las situaciones estresantes, así como para reducir el estado de malestar que produce el estrés.

- **Estrés:** Es el cumulo de respuestas físicas dadas en el momento que el sujeto padece una situación de estrés nervioso, originado por diferentes circunstancias en el campo del trabajo o individual: labores excesivas, angustia, experimentación de eventos traumáticos ya vividos, u otros.
- **El estrés parental:** Es un proceso en el que el individuo, al verme inmerso en el rol de padre, mesura los requerimientos de su papel como papá mamá, y lo asume a modo de algo que excede sus recursos para manejarlo.
- **Estrategia:** Es un plan que implica el proceso de intentos, que aseguran la ejecución de resoluciones en el logro de un determinado objetivo en un proceso regulable (Fernández, 2012).
- **Discapacidad:** consiste en la situación en la que algunos individuos manifiestan algún tipo de defecto físico, cerebral, de intelecto o de los sentidos que a un tiempo extenso dañan el modo de interacción y participación absoluta en su comunidad.
- **Familia:** concierne al conjunto de sujetos integrado por individuos asociados, principalmente, por vínculos de afinidad o de parejas.
- **Programa de Intervención Temprana y Oportuna (PRITE):** Es un programa educativo que brinda atención integral no escolarizada a niños menores de 3 años con discapacidad o en riesgo de adquirirla por antecedentes tanto biológicos como socio ambientales.
- **Trastorno del Espectro del Autismo (TEA):** Es un trastorno neurobiológico del crecimiento presentado hasta los tres años de vida y permanecerá en el transcurso de su vida.
- **Síndrome de Down:** se le conoce como trisomía 21, es una irregularidad que posee elementos genéticos excedentes y que originan dilación en el modo de llevarse a cabo

el desarrollo infantil, intelectual y físico.

- ***Parálisis Cerebral:*** es un desorden del desplazamiento, la tonificación de los músculos o la posición, y es causada al deterioro sucedido en el cerebro aun no madurado y en su crecimiento, y más frecuentemente, anteriormente a su nacimiento.

CAPITULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACION

3.1. Tipo de la investigación

Según Sabino (1986) “La investigación descriptiva trata sobre la realidad actual y su rasgo esencial es la presentación de interpretaciones correctas”.

La investigación descriptiva se enfoca en descubrir las propiedades básicas de algún conjunto homogéneo de fenómenos usando criterios sistemáticos que nos permitan revelar su estructura.

3.2. Diseño de la investigación

De acuerdo a los objetivos previstos para esta investigación, se considera la investigación como un diseño no experimental – transversal, basándonos en lo propuesto por Hernández, Fernández & Baptista (2014), el estudio no es manipulado deliberadamente la variable y se observa en su contexto de forma natural para analizar sus incidencias e interrelación en un momento dado.



Figura 1. Diseño de la investigación

Dónde:

O = Observación de la muestra

G = Grupo de estudio o muestra (padres de familia)

3.3. Población y muestra

- **Población**

La población de estudio está comprendida por 40 padres de familia del turno mañana, que asisten con sus hijos al Programa de Intervención Temprana María Montessori.

- **Muestra**

La muestra es intencional, no probabilístico y de tipo censal, según lo afirmado por Ramírez (1997) “La muestra censal es aquella donde todas las unidades de investigación son consideradas como muestra”. Es por ello que la población que asiste en el turno mañana al PRITE, es decir los 40 padres de familia, dado que, al representar una cantidad reducida, se asume al universo como muestra.

a) Criterios de inclusión:

- Padres de familia que asisten al PRITE
- Padres de familia del Turno mañana.
- Padres de familia de ambos sexos

b) Criterios de exclusión:

- Padres de familia, que retiraron a sus hijos del PRITE.

3.4. Identificación de la variable y su Operacionalización

La variable de estudio es “estrategias de afrontamiento”, y tiene como factores sociodemográficos que caracterizan a la muestra, tales como: edad, sexo y datos sociodemográficos.

Asimismo la variable de estrategias de afrontamiento se caracteriza según las

dimensiones: resolución de problemas, reestructuración cognitiva, apoyo social, expresión emocional, evitación de problemas, pensamiento desiderativo, retirada social, autocrítica.

Cada dimensión presenta indicadores que se especifica en la matriz de operacionalización.

Tabla 1. Matriz de Operacionalización

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	INDICADOR	INSTRUMENTO
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS	Lazarus (1986) define el afrontamiento como: “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 165).	Puntaje obtenido por el inventario de estrategias de afrontamiento (CSI) de la adaptación española de Cano y cols. Cano, Rodríguez y García adaptada en el 2007, hallaron coeficientes de fiabilidad de alfa de Cronbach muy adecuados en cada una de las ocho estrategias de afrontamiento.	Resolución de problemas	Eliminan el estrés	P1, P9, P17, P25, P33	0= En absoluto 1=Un poco 2=Bastante 3=Mucho 4=Totalmente	Cuestionario de estrategias de Afrontamiento
			Reestructuración cognitiva	Modifican el significado de la situación	P6, P14, P22, P30, P38		
			Apoyo social	Búsqueda de apoyo informativo o emocional.	P5, P13, P21, P29, P37		
			Expresión emocional	Liberar emociones	P3, P11, P19, P27, P35		
			Evitación de problemas	La negación y la evitación de pensamientos.	P7, P15, P23, P31, P39		
			Pensamiento desiderativo	Reflejan el deseo	P4, P12, P20, P28, P36		
			Retirada social	Reacción emocional en el proceso estresante.	P8, P16, P24, P32, P40		
			Autocrítica	La autoinculpación y la autocrítica	P2, P10, P18, P26, P34		

3.5. Técnicas e instrumentos de evaluación

La técnica de recolección de datos será a través del cuestionario Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) que tiene el objetivo de medir el tipo de situaciones que causa problemas a las personas en su vida cotidiana y como estas enfrentan estos problemas. El tiempo promedio del cuestionario es de 15 a 20 min. La escala de estrategias de afrontamiento está formada por 40 ítems agrupadas en 8 áreas: Resolución de problemas, Autocritica, Expresión emocional, Pensamiento desiderativo, Apoyo social, Reestructuración cognitiva, Evitación de problemas, Retirada social.

Ficha técnica

- **Nombre original:** Coping Strategies Inventory (CSI)
- **Nombre:** Inventario de Estrategias de Afrontamiento
- **Autores:** Tobin, Holroyd, Reynolds y Kigal, 1989
- **Procedencia:** Inglaterra
- **Adaptación:** Cano, Rodríguez y García, 2006
- **Significación:** Evaluación de las estrategias de afrontamiento.
- **Ámbito de aplicación:** madres de familia del PRITE María Montessori
- **Administración:** Individual y colectiva.
- **Duración:** Variable 15 a 20 minutos

Calificación

Las preguntas son cerradas con un lenguaje claro y sencillo. Las respuestas se califican en escala de Likert, que van desde los valores 0 al 5, que se detalla en la siguiente tabla.

Tabla 1 Escala de Calificación del Cuestionario

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo/ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

Baremo

La variación sirve para efectos de interpretación de los resultados de la variable de investigación, está ordenado por rangos y contempla todos los valores desde el mínimo hasta el máximo que se puede obtener como puntaje de evaluación de las dimensiones y del cuestionario en general.

Tabla 3: Baremo de interpretación de la variable

Categorías	I, II, III, IV, V, VI, VII,VIII	Total
Bajo	0-6	0-55
Moderado	7-13	56-111
Alto	14-20	112-160

CAPITULO IV

PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

4.1. Presentación de resultados de datos generales

Tabla 4. Datos sociodemográficos de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según el sexo.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
Femenino	43	86
Masculino	7	14
Total	50	100

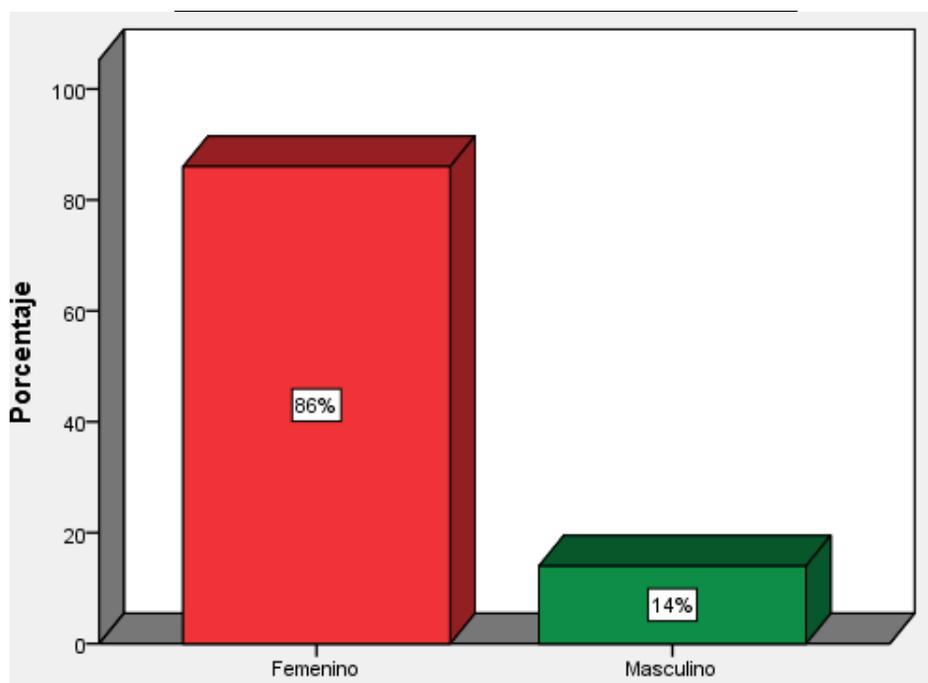


Figura 2. Datos sociodemográficos de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según el sexo

Interpretación: Los resultados obtenidos en la investigación determina que el mayor porcentaje de padres que participaron en el estudio son del sexo femenino es igual al 86% (43) y el 14% (7) son del sexo masculino.

Tabla 5. Datos sociodemográficos de los de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según la edad.

Edad	Frecuencia	Porcentaje
21- 30	19	38
31- 40	26	52
41- 50	3	6
51- 60	2	4
Total	50	100

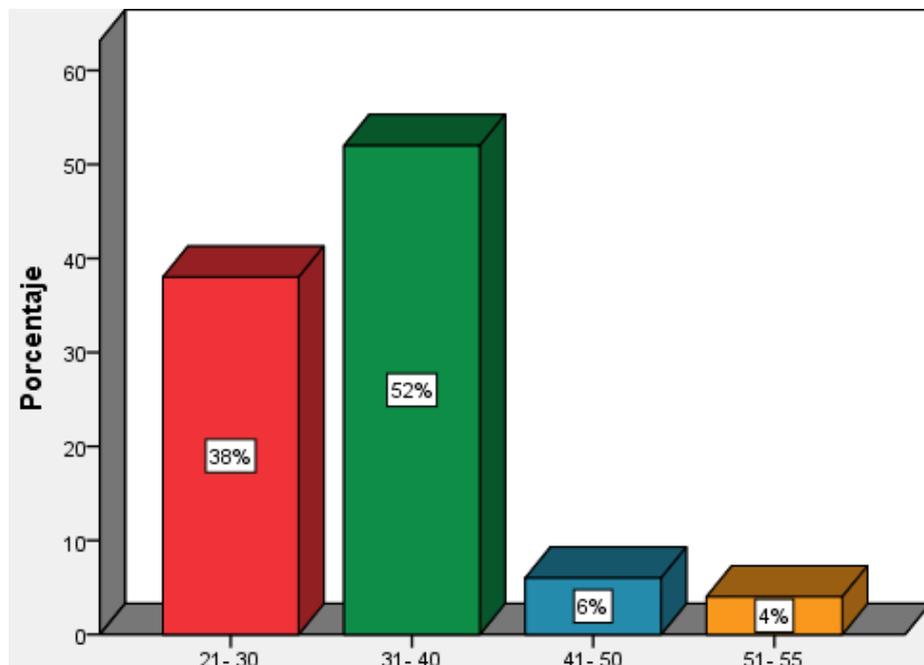


Figura 3. Datos sociodemográficos de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según la edad

Interpretación: Los resultados obtenidos demuestran que la mayor proporción de padres de 21 a 30 años es igual a 38% (19), los padres de 31 a 40 años es 52%(26), mientras que los padres de 41 a 50 años es igual 6% (3) y finalmente los padres de 51 a 60 años es igual a 4%(2).

Tabla 6. Datos sociodemográficos de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según el distrito de procedencia.

Distrito de Residencia	Frecuencia	Porcentaje
Cercado de Lima	22	44
Comas	11	22
La Victoria	2	4
San Juan de Lurigancho	5	10
San Luis	4	8
Santa Anita	4	8
Ventanilla	2	4
Total	50	100

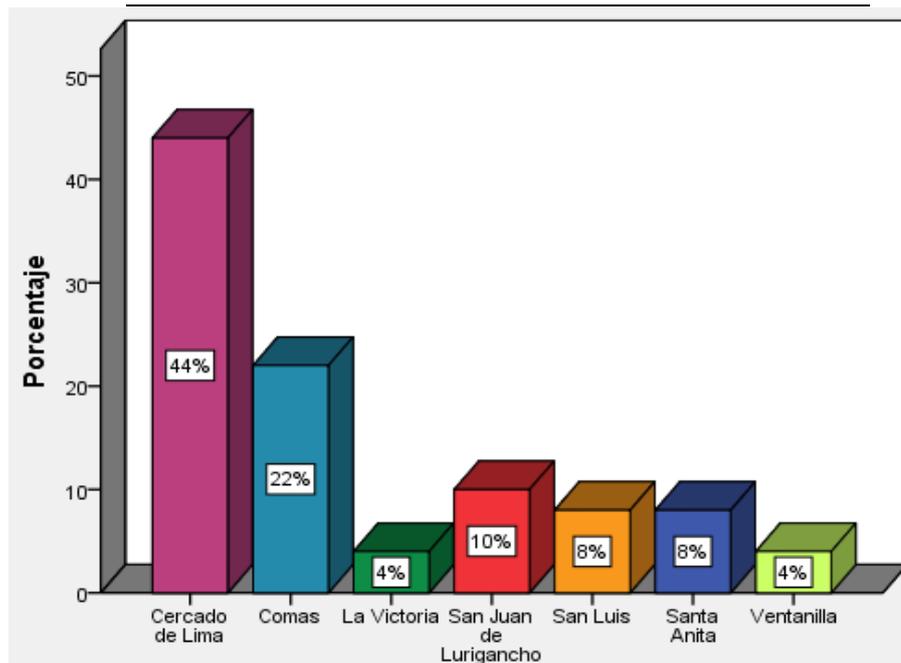


Figura 4. Datos sociodemográficos de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según el distrito de procedencia.

Interpretación: Los resultados obtenidos demuestran que la mayor proporción de padres que viven en Cercado de Lima es igual a 44% (22), seguidos de distrito de Comas 22%(11), San Juan de Lurigancho 10% (5), mientras que en menor proporción están San Luis y Santa Anita 8% (4) cada uno y finalmente los padres que viven Ventanilla con 4%(2).

Tabla 7. Datos sociodemográficos de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según el tipo de diagnóstico del niño.

Distrito de Residencia	Frecuencia	Porcentaje
Alto Riesgo	11	22
Parálisis Cerebral	12	24
Síndrome de Down	15	30
Trastorno Espectro	12	24
Autista		
Alto Riesgo	11	22
Parálisis Cerebral	12	24

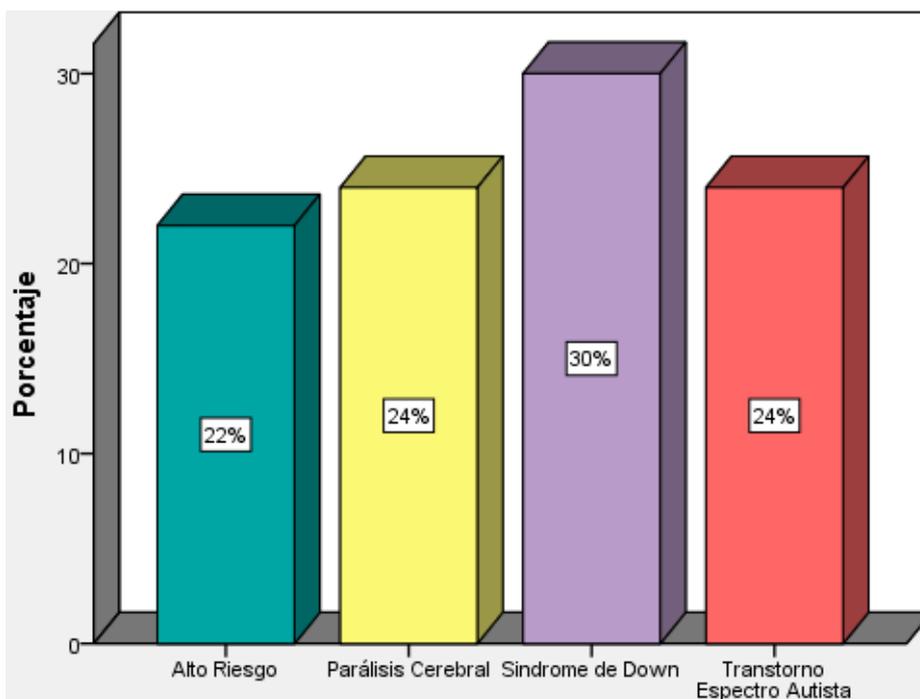


Figura 5. Datos sociodemográficos de los padres de familia del PRITE “María Montessori” según el tipo de diagnóstico del niño.

Interpretación: Los resultados obtenidos demuestran que la mayoría de niños presentan diagnóstico de Síndrome de Down al 30%(15), seguidos de Parálisis Cerebral y Trastorno Espectro Autista con 24% (12) cada uno y finalmente el 22% (11) tiene como diagnóstico Alto Riesgo.

4.2. Presentación de resultados de datos específicos

Tabla 8. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión resolución del problema.

Resolución del problema	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	2
Moderado	16	32
Alto	33	66
Total	50	100

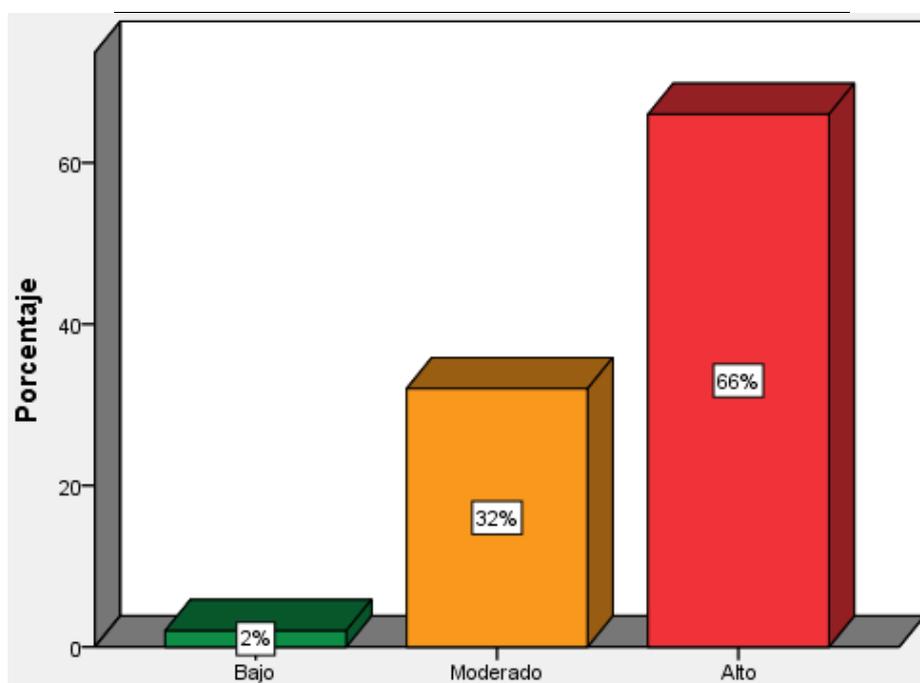


Figura 6. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión resolución del problema.

Interpretación: Los resultados obtenidos determinan que la estrategia resolución del problema afrontado por los padres de familia se da en un 66% a nivel alto, seguido por 32% que lo afronta a nivel moderado y el 2% lo desarrolla en un nivel bajo.

Tabla 9. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión reestructuración cognitiva.

Reestructuración cognitiva	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	4	8
Moderado	25	50
Alto	21	42
Total	50	100

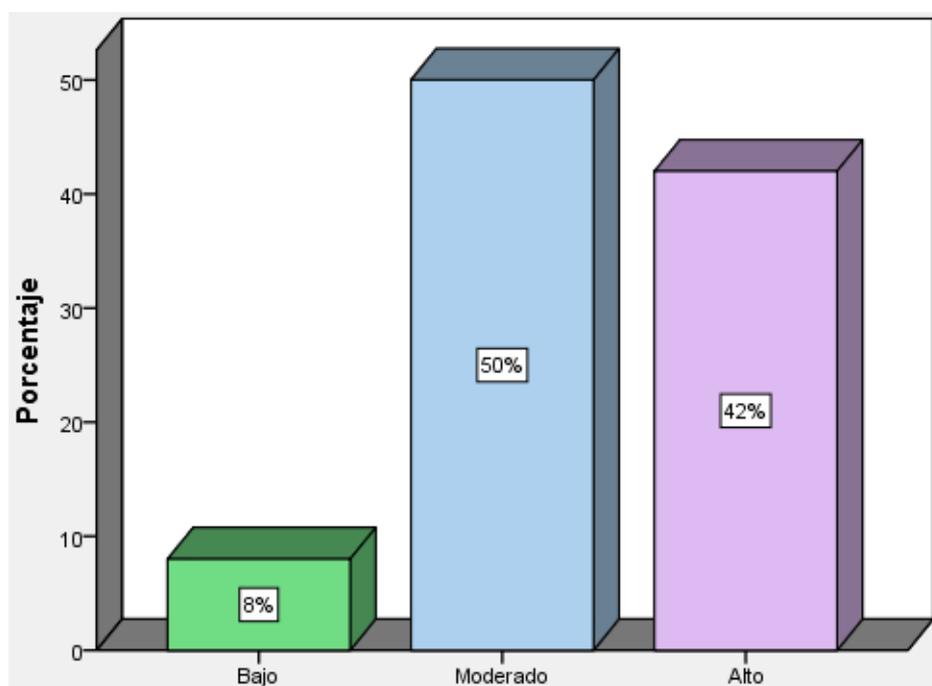


Figura 7. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión reestructuración cognitiva.

Interpretación:

Los resultados obtenidos determinan que la estrategia reestructuración cognitiva afrontado por los padres de familia se da en un 50% a nivel moderado, a nivel moderado lo afronta un 42% y el 8% lo desarrolla en un nivel bajo.

Tabla10. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión apoyo social.

Apoyo social	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	7	14
Moderado	33	66
Alto	10	20
Total	50	100

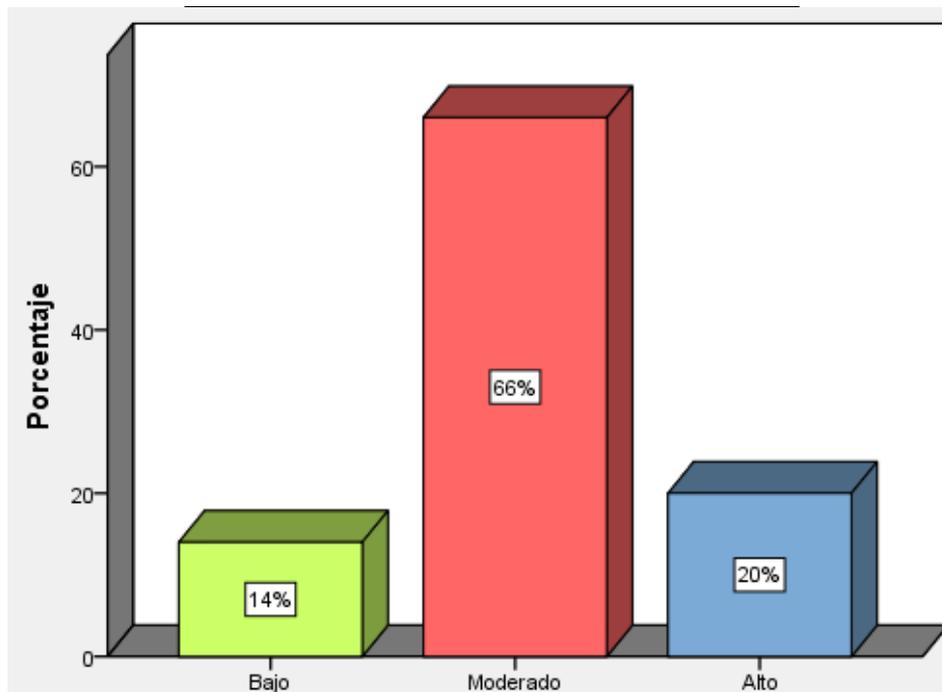


Figura 8. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión apoyo social.

Interpretación:

Los resultados obtenidos determinan que la estrategia de apoyo social afrontado por los padres de familia se da a nivel moderado con un 66%, el 20% lo desarrolla a nivel alto y el 14% lo desarrolla en un nivel bajo.

Tabla 11. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión expresión emocional.

Expresión emocional	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	9	18
Moderado	30	60
Alto	11	22
Total	50	100

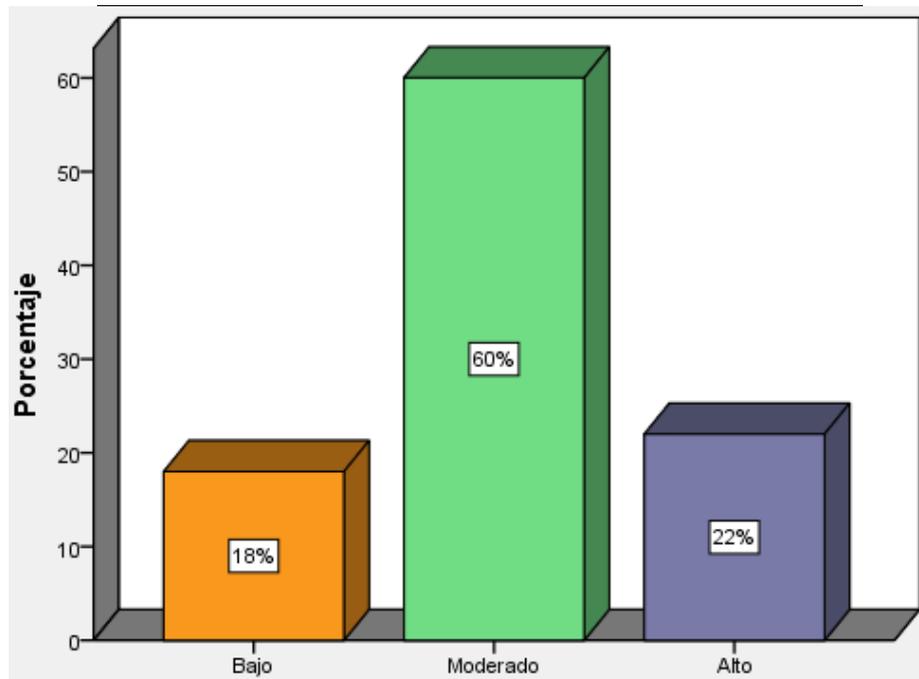


Figura 9. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión expresión emocional.

Interpretación:

Los resultados obtenidos determinan que la estrategia expresión emocional afrontado por los padres de familia se da en un 60% a nivel moderado, seguido por 22% a nivel alto y lo desarrolla a nivel bajo un 18%.

Tabla12. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión pensamiento desiderativo.

Pensamiento desiderativo	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	8	16
Moderado	31	62
Alto	11	22
Total	50	100

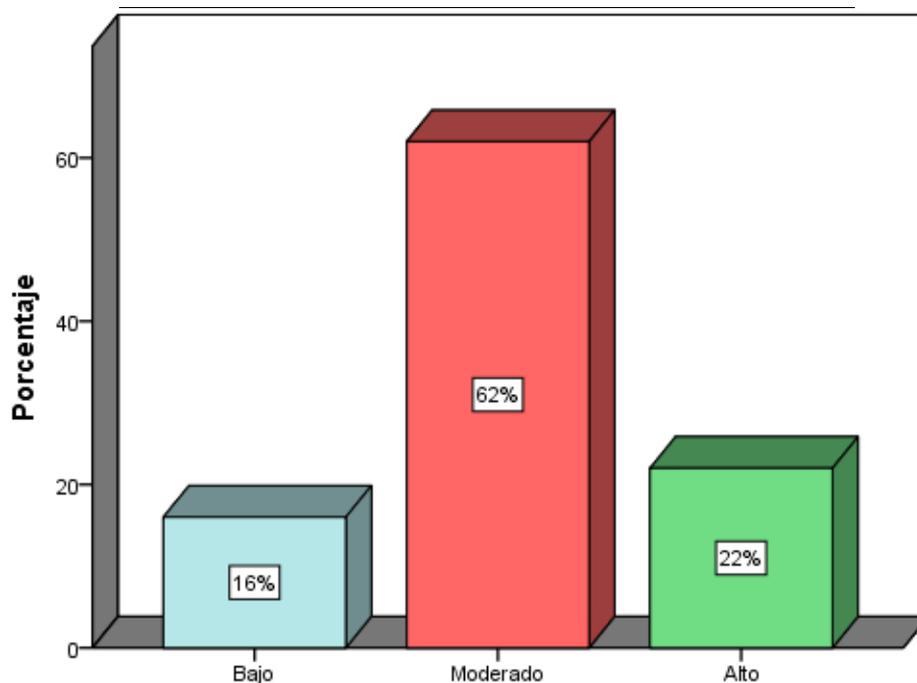


Figura 10. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión pensamiento desiderativo.

Interpretación:

Los resultados obtenidos determinan que la estrategia pensamiento desiderativo afrontado por los padres de familia se da en un nivel moderado con un 62%, seguido por 22% a nivel alto y el 16% lo desarrolla en un nivel bajo.

Tabla13. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión evitación de problemas.

Evitación de problemas	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	31	62
Moderado	16	32
Alto	3	6
Total	50	100

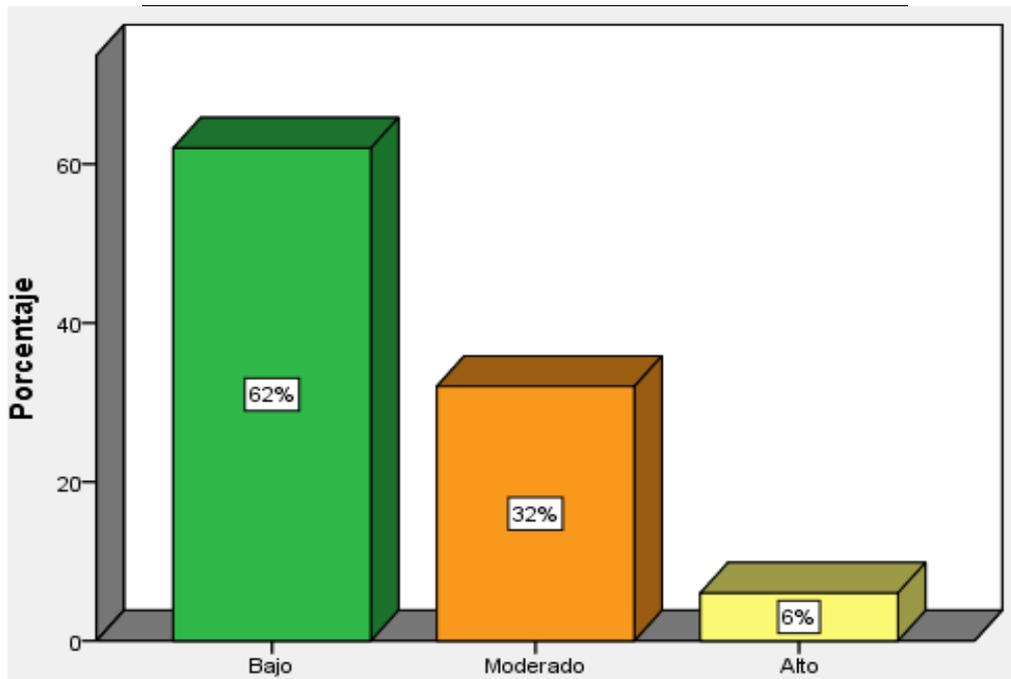


Figura 11. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión evitación de problemas.

Interpretación:

Los resultados obtenidos determinan que la estrategia evitación de problemas afrontado por los padres de familia se da en un 62% a nivel bajo, el 32% a nivel moderado y 6% lo desarrolla a nivel alto.

Tabla14. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión retirada social.

Retirada social	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	20	40
Moderado	27	54
Alto	3	6
Total	50	100

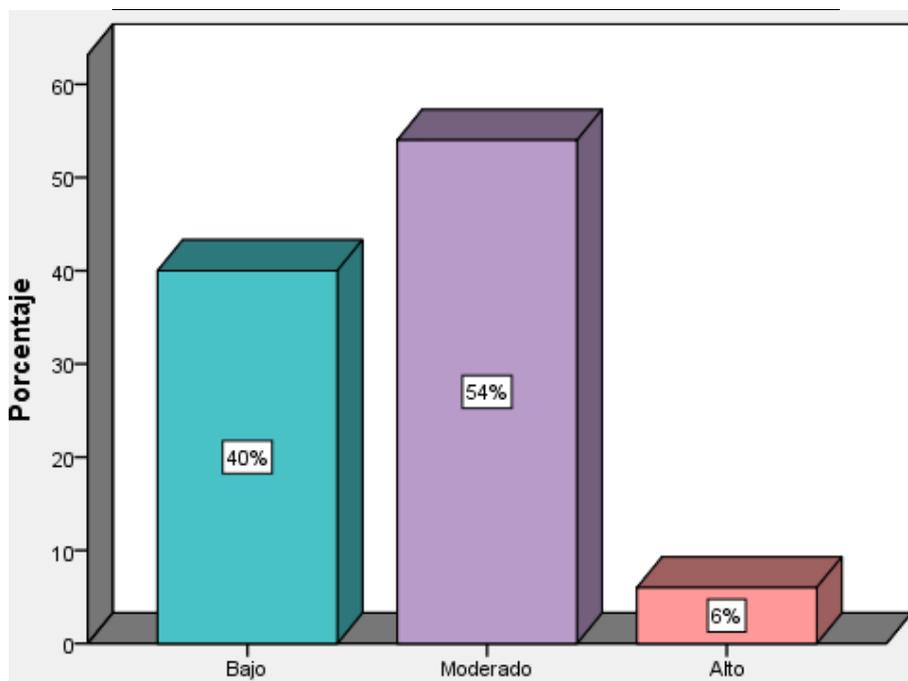


Figura 12. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión retirada social.

Interpretación:

Los resultados obtenidos determinan que la estrategia de retirada social afrontado por los padres de familia se da en un nivel moderado con un 54%, seguido por 40% a nivel bajo y lo desarrolla a nivel alto un 6%.

Tabla15. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión autocrítica.

Autocrítica	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	18	36
Moderado	24	48
Alto	8	16
Total	50	100

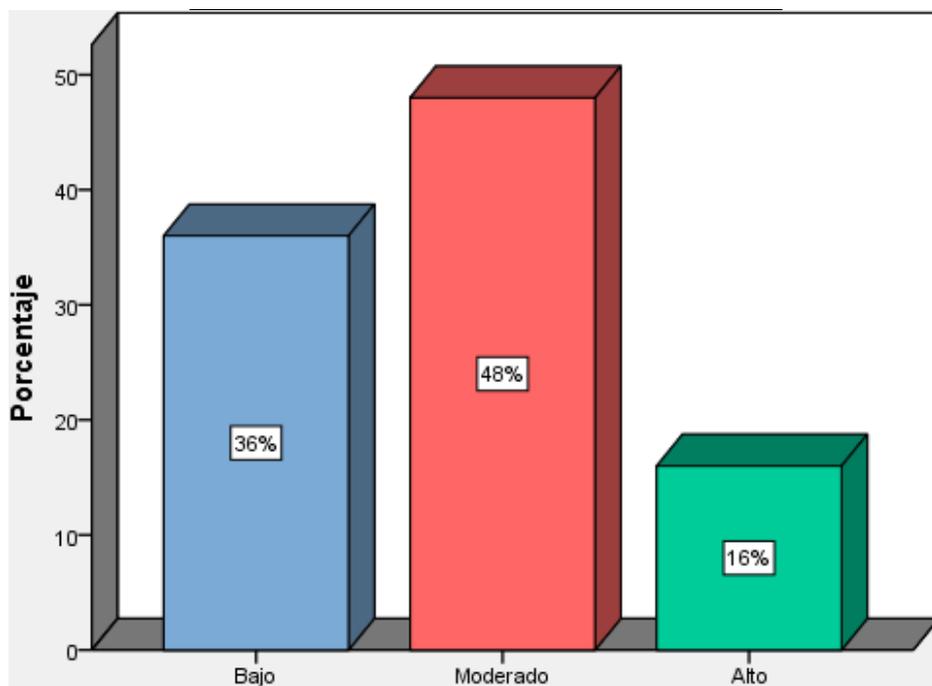


Figura 13. Nivel de la estrategia de afrontamiento al estrés, en el PRITE María Montessori, según la dimensión autocrítica.

Interpretación:

Los resultados obtenidos determinan que en la estrategia autocrítica afrontado por los padres de familia se da en un 48% a nivel moderado, seguido por un 36% a nivel bajo y un 16% lo desarrolla a nivel alto.

Tabla16. Nivel de estrategias de afrontamiento para el estrés de los padres de familia del PRITE María Montessori.

Autocrítica	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	1	2
Moderado	16	32
Alto	33	66
Total	50	100

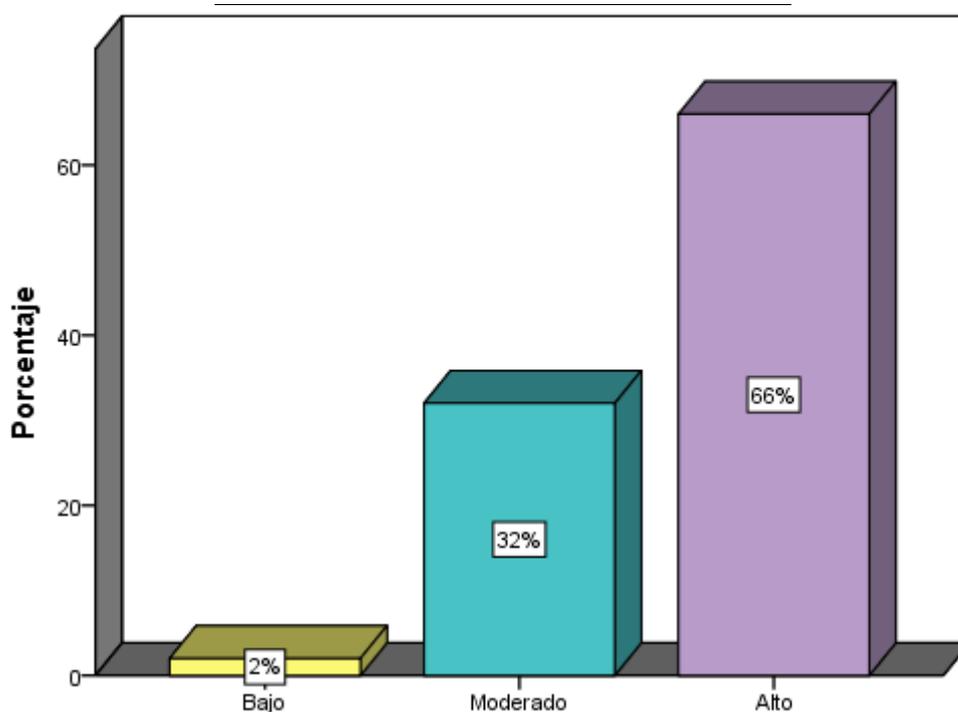


Figura 14. Nivel de estrategias de afrontamiento para el estrés de los padres de familia del PRITE María Montessori.

Interpretación:

Los resultados obtenidos se determinan que las estrategias de afrontamiento al estrés desarrollado por los padres de familia se dan predominantemente en un nivel alto con un 66%, seguido por el 32% que lo desarrolla con un nivel moderado y el 2% lo desarrolla a un nivel bajo.

4.3. Procesamiento de los resultados

Para fines del procesamiento de la información recogida, se elaboró una base de datos en una tabla de Excel, ordenado por dimensiones con sus respectivos ítems donde se fue consignando el valor de la respuesta elegida. Luego se realizó la sumatoria de los ítems correspondientes a cada dimensión y de la variable en general, para establecer el rango del baremo al que pertenece.

Seguidamente se seleccionó la escala del baremo alcanzada por cada dimensión y por la variable misma, para traspasar dichos valores al Programa SPSS 22, donde a través de la función análisis de los estadísticos descriptivos se obtuvieron finalmente las tablas y figuras, que resumen los resultados encontrados.

En las tablas y figuras se aprecian las frecuencias y porcentajes hallados por cada nivel o escala del baremo. Permitiendo un mejor análisis y comprensión de la realidad encontrada.

4.4. Discusión de los resultados

Debido a la poca información en nuestro país referente a este tema, tuvimos que considerar estudios de otros países. A partir de los hallazgos encontrados en la muestra de estudio, estableceremos la coincidencia o diferencia de las teorías y determinaciones brindadas por otros autores sobre la misma temática de investigación.

En relación a los datos sociodemográficos de la población de estudio se encuentran similitud a los hallados por Ninapaitan (2017) en su investigación “Estrategias de afrontamiento al estrés y tipos de discapacidad en padres de familia del CEBE Manuel Duato”

donde se encontró que el 81.3% son madres y el 18.6% son padres, lo cual indica que son las madres quien en su gran mayoría acompañan a sus menores hijos a las terapias.

Al respecto, Huanca (2017) quien realizo su tesis “Estrategias de afrontamiento para el estrés de las madres de familia con hijos con Síndrome Down, del Centro Educativo Básico Especial del Ejército del Perú Santa Isabel” afirma que las madres de familia manejan la resolución de problemas en un 80% a nivel medio, mientras que las madres del PRITE María Montessori tienen un 66% a nivel alto, indicando que las progenitoras buscan frecuentemente soluciones inmediatas para revertir las causas que originan sus problemas.

Por otro lado, este estudio determinó que los padres de familia tienen evitación de problemas, se da en un 62% de nivel bajo dando a conocer que los padres son conscientes de los acontecimientos por los que están pasando mientras que Huanca (2017) da a conocer que el 74% a nivel medio aun niega y no acepta el problema.

La estrategia de afrontamiento autocrítica por los padres de familia de en el estudio de Huanca (2017) determinan que el 63% a nivel medio, sienten auto culpa por los problemas que presenta su hijo, en lo que concuerda con esta investigación donde los padres tienen un 48% de nivel moderado, siendo una actitud negativa ya que contribuye al estrés.

Según Ninapaitan (2018) la estrategia de afrontamiento al estrés de retirada social presenta un nivel muy alto en padres de familia con hijos con Trastorno del Espectro Autista,

resultado que no coincide con este estudio ya que 54% de nivel moderado responde los padres han dejado sus actividades de lado, asilándose de su círculo social.

La estrategia de afrontamiento pensamiento desiderativo desarrollado por los padres de familia, se da en un 62% a nivel medio, lo cual es un referente positivo y guarda cierta relación con el estudio desarrollado por Esteban (2015) llamado “Estrategias de afrontamiento del estrés de los padres con hijos con discapacidad intelectual” donde se halló que los padres de familia que utilizan estrategias de afrontamiento del estrés lo presentan en el siguiente orden: pensamiento desiderativo, seguido de resolución de problemas, expresión emocional, reestructuración cognitiva, aislamiento social, apoyo social, retirada social y por último la evitación de problemas. Debido a que los padres les cuestan aceptar la discapacidad de sus hijos.

El nivel de afrontamiento de los padres de familia del PRITE María Montessori determina que el 66% a nivel alto tiene mejores mecanismos de afrontamiento al estrés, estos resultados guardan relación con los de Huanca, que predomina en un 80% a un nivel medio.

4.5 Conclusiones

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente estudio, se establece las siguientes conclusiones.

- Las estrategias de afrontamiento del estrés desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da predominantemente en un nivel alto con un 66%, lo que demuestra que los padres manejan mecanismos defensa cognitiva y conductual para enfrentar las situaciones cotidianas.

- La estrategia de afrontamiento resolución de problemas desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 66 % a nivel moderado.
- La estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 50% a nivel moderado.
- La estrategia de afrontamiento apoyo social desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 66% a nivel moderado.
- La estrategia de afrontamiento expresión emocional desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 60% a nivel moderado.
- La estrategia de afrontamiento evitación de problemas desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 32% a nivel moderado.
- La estrategia de afrontamiento pensamiento desiderativo desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 62% a nivel moderado.
- La estrategia de afrontamiento retirada social desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 54% a nivel moderado.
- La estrategia de afrontamiento autocrítica desarrollado por los padres de familia con hijos con habilidades diferentes, se da en un 48% a nivel moderado.

4.6 Recomendaciones

- En base a las conclusiones establecidas, se establece las siguientes recomendaciones con la finalidad de mejorar las estrategias de afrontamiento del estrés.

- Con el fin de mejorar las estrategias de afrontamiento al estrés con los padres de familia en el PRITE María Montessori, se debe elaborar un plan de intervención social para que los padres puedan participar.
- Se sugiere que se imparten en el PRITE María Montessori talleres de estrategias de afrontamiento y otros temas.
- Se recomienda que se realice un seguimiento a los padres de familia con el fin de que se compruebe su objetividad y realismo para poder tomar decisiones adecuadas oportunamente.
- Se sugiere que los padres asistan a talleres de reparación emocional, donde al fin puedan dejar de sentirse culpables por todo lo malo que les sucede y puedan hallar su paz interior para mejorar su estabilidad emocional.

CAPITULO V

PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

5.1 Denominación del programa

“Taller de Aprendiendo herramientas contra el estrés”

5.2 Justificación del Programa

Recibir la noticia de que nuestro hijo tiene alguna discapacidad, sin duda pone en un shock inicial a cualquier familia, acompañado de un profundo malestar e incertidumbre y una gran preocupación por cómo afectará este hecho en futuro, ya que generará un cambio radical en la rutina de los integrantes, desde el momento donde reciben el diagnóstico del niño, durante el proceso de adaptación hasta asimilar el problema.

Los padres pasan por diversos conflictos por el cuidado, educación y exigencias económicas que necesita un niño con discapacidad. El grupo de padres del PRITE María Montessori tiene una población de 80 entre bebés y niños de 0 a 3 años, donde en su mayoría son personas de pobreza extrema, los cuales no pueden solventar los gastos de las terapias que requieren sus hijos.

Este estrés afecta de manera negativa relación de los padres, muchos de ellos abandonan sus proyectos por volcarse en los cuidados del hijo. Debido a que no saben afrontar algunas situaciones con sus hijos optan por aislarse de sus familiares y amigos.

Según Lazarus y Folkman (1986), el afrontamiento al estrés se argumenta como los recursos cognitivos o conductuales que posee una persona para hacer frente a las demandas que se presentan en el día a día.

A partir de la realidad encontrada en el PRITE María Montessori, se realiza este programa de intervención que brindará herramientas para el afrontamiento al estrés, que serán empleadas por padres, con el fin de que puedan manejar adecuadamente cualquier factor estresante, en una situación de la vida cotidiana.

Este programa pretende que a través de la interacción con otros padres de familia, se aprendan estrategias, por lo tanto, el programa beneficiará a elegir el tipo de estrategias que debe usar ante una situación específica y así como también lograr un mejor manejo de información, obtener un intercambio de ideas con el fin de lograr una mejor resolución de problemas.

5.3 Estableciendo Objetivos

- **Objetivo General**

- Fortalecer las estrategias de afrontamiento y aceptación a los padres del PRITE María Montessori.

- **Objetivos Específicos**

- Fortalecer el lazo parental entre padres e hijos para lograr un mejor afrontamiento frente a situaciones de conflicto y estrés.

- Brindar herramientas para que los padres puedan manejar mejor el problema y así recuperar el equilibrio emocional.

- Identificar y disminuir los esquemas mentales negativos de los padres de familia frente a factores estresantes que se presenten.

5.4 Sector al que se dirige

El programa llevará a cabo con todos los padres de familia que tienen hijos con discapacidad del PRITE María Montessori del Cercado de Lima, pudiendo aplicarse en otras realidades.

5.5 Establecimiento de conductas problemas/ Metas

5.5.1. Conductas problemáticas

- Los padres de familia pocas veces recurren a la búsqueda de apoyo profesional y en ocasiones niegan aceptar que tienen un problema.
- La falta de compromiso al asistir a las sesiones.
- La falta de interés debido a las tareas cotidianas, lo cual les puede generar síntomas como el desánimo y actitud negativa

5.5.2 Establecimiento de metas

- La principal meta es que adquieran estrategias de afrontamiento y las empleen en su rutina diaria.
- Lograr que los padres desarrollen habilidades sobre como pedir ayudar a otras personas acerca del problema por el cual están pasando.
- Proyectar a los padres una visión positiva del problema
- Conseguir que los padres realicen actividades alternativas a las estrategias de afrontamiento tales como ejercicio físico, meditación, técnicas de relajación, procurar mantenerse activas para no pensar en el problema, tener un plan de acción.

5.6 Metodología de la Intervención

Este programa de intervención, será de carácter teórico, práctico y vivencial, con el objetivo que los participantes aprendan estrategias de afrontamiento, de manera que puedan emplearlas en las experiencias estresantes cotidianas. El taller es método de enseñanza y aplicación de conocimientos, el cual constará de ocho sesiones de una duración de sesenta minutos cada una y se trabajará en grupos de quince padres.

Al final de cada sesión se realizará una reflexión grupal para fortalecer lo aprendido en la sesión. En la última sesión se entregará una breve encuesta para medir la satisfacción del programa de intervención. El programa tiene la siguiente estructura:

- **Sesión 1:** Conociéndonos más

Objetivo: Identificar los conceptos de estrategias de afrontamiento y realizar la presentación de las participantes.

- **Sesión 2:** Consolidando el vínculo afectivo

Objetivo: Lograr afianzar los lazos entre padre e hijo

- **Sesión 3** Grandes esfuerzos por grandes motivos

Objetivo: Motivación a los padres

- **Sesión 4** Aprendiendo a manejar el estrés

Objetivo: Los padres deben identificar las situaciones estresantes de su vida cotidiana para manejarlas adecuadamente.

- **Sesión 5** Buscando soluciones

Objetivo: Aprender a resolver los problemas con que nos enfrentamos.

- **Sesión 6** Aprendiendo a hacer optimistas

Objetivo: Reforzar el optimismo con una forma de enfrentar problemas a través de la técnica del Acuerdo positivo

- **Sesión 7** Caminando juntos al futuro

Objetivo: Identifiquen y reflexionen sobre el concepto de educación inclusiva

- **Sesión 8** Recordando todo lo aprendido

Objetivo: Reforzar lo aprendido a través de la técnica lluvia de ideas

5.7 Materiales a utilizar

5.7.1 Recursos Materiales:

- Fichas de asistencias
- Hojas bond A4,
- Lapiceros.
- Tarjetas de colores.
- Paleógrafos
- Plumones de colores
- Sillas
- Ovillo de lana

5.7.2. Recursos Tecnológicos:

- Laptop.

- Multimedia.

- Parlantes.

5.7.3. Recursos Humanos:

- Participantes

5.8 Sesiones del Programa

Sesión 1: Conociéndonos más

Objetivo: Identificar los conceptos de estrategias de afrontamiento y realizar la presentación de las participantes.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Bienvenida y dar a conocer el programa	Dar la bienvenida e invitar a todos y todas a participar del taller y con el objetivo de que todos los padres asistan a las siguientes sesiones.	10 min.	sillas
Dinámica grupal: La telaraña	Integración de los participantes	Se formará un círculo de pie con los participantes, la psicóloga pedirá a un participante que tome el ovillo diga su nombre y sin soltar la punta del ovillo se lo lance a otro participante, quien recibe el ovillo deberá repetir la acción decir su nombre y lanzarla a otro participante de modo que se forme una telaraña. Esta dinámica se realiza con el fin de generar un ambiente de confianza e integración entre los participantes.	20 min	ovillo de lana

Exposición del tema	Conocer el significado de las estrategias de afrontamiento al estrés	Conocerán un breve concepto de lo que significa la palabra afrontamiento y estrés. La psicóloga preguntará que saben de las estrategias de afrontamiento, se les pedirá que plasmen sus ideas en paleógrafos y al final tendrán que exponerlo, posterior a eso dará una explicación clara y concisa sobre el tema.	15 min	Multimedia. Plumones Papelografos
Retroalimentación		La psicóloga realizará preguntas en base a lo expuesto y pedirá a cada uno de los participantes que responda de acuerdo a la información brindada. Aclarará una duda que los participantes puedan tener.	15 min	

Sesión 2: Consolidando el vínculo afectivo

Objetivo: Lograr afianzar los lazos entre padre e hijo

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Dar a conocer los aspectos generales de la sesión.	Luego de recibir afectuosamente a las madres y padres de familia, la psicóloga-hablará acerca del taller y la finalidad del mismo	5 min.	sillas
Dinámica grupal	Mejorar vínculos afectivos y habilidades sociales	Se dividen dos grupos y para cada grupo, el primer miembro dispone de un minuto de tiempo para contar una historia. A continuación, el siguiente participante seguirá contando la historia desde el punto en el que el anterior compañero la dejó. Así, sucesivamente, hasta que todos los miembros del grupo cuenten su parte de la historia. Esta dinámica se realiza con el fin de generar atención y confianza.	25 min	
Exposición del tema	Fortalecimiento del lazo familiar entre padre e hijo	Se realizará una lluvia de ideas donde el tema central, es ¿Qué tan importante es crear un vínculo con nuestro hijo para el desarrollo de sus capacidades? La psicóloga proyectará un video donde se exponen diversas actividades para afianzar el lazo afectivo a través de la	20 min	Visión Multimedia

		<p>convivencia, donde esta relación lo ayuda al desarrollo de sus capacidades, lo prepara para el aprendizaje y le brinda seguridad.</p> <p>Tema del Video: Vínculo afectivo</p> <p>Resumen: Informar que a través de la convivencia con tu hijo, promueves el fortalecimiento de un vínculo afectivo, factor importante para favorecer su desarrollo, aprendizaje y relaciones con otras personas.</p> <p>Duración: 1:33 min.</p> <p>Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=dU_U5NwXAOY</p> <p>Finalidad: Es fortalecer el objetivo del taller</p>		
Retroalimentación	Reflexionar sobre la importancia del vínculo afectivo	Se les pedirá a las participantes voluntarios que den su opinión de lo aprendido en la sesión y que lo pongan en práctica en casa lo aprendido en el taller.	10 min	sillas

Sesión 3 Grandes esfuerzos por grandes motivos

Objetivo: Motivación a los padres

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Dar a conocer los aspectos generales de la sesión.	Dar la bienvenida y recordar el motivo del taller.	5 min.	sillas
Dinámica grupal	Dinámica rompe hielo: El orden de las edades	Se formarán grupos de 7 personas de modo que se ponen en fila, no pueden hablar mientras dure el juego, sólo pueden hacer señas. La tarea del grupo es ordenarse por fechas de nacimiento, de mayor a menor, pero sin hablar. Ganará el grupo cuando esté ordenado. Al final se contrasta el orden conseguido sin hablar, con las fechas reales que cada cual nos cuente.	20 min	
Exposición del tema	Motivar para la toma de conciencia de su rol, aceptando su capacidad y	Se brindará una exposición sobre la temática motivación personal, enfatizando que el primer paso para disfrutar a tu hijo es aprender y entender que la discapacidad no es una vergüenza o una tragedia. Es simplemente un modo diferente de vivir y de amar con habilidades diferentes.	20 min	Visión Multimedia sillas

	personalidad dentro de la familia.	<p>Tema del Video: La discapacidad de madre a madre</p> <p>Resumen: Los miedos por los que pasa una madre hasta llegar al punto de aceptar la discapacidad de su hijo.</p> <p>Duración: 2:04 min.</p> <p>Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=yidQnOFQF-s</p> <p>Finalidad: Es fortalecer el objetivo del taller.</p>		
Retroalimentación	Reforzar los aspectos esenciales de la sesión	La psicóloga pedirá a todos los padres que elabore una lista de a 5 puntos claves sobre lo proyectado y tema expuesto, los cuales deberán ser plasmados y un paleógrafo, para finalmente ser expuestos por dos integrantes representante de cada grupo.	15 min	<p>Paleógrafo</p> <p>Plumones</p>

Sesión 4 Aprendiendo a manejar el estrés

Objetivo: Los padres deben identificar las situaciones estresantes de su vida cotidiana para manejarlas adecuadamente.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Dar a conocer los aspectos generales de la sesión.	La psicóloga hablará acerca del taller y la finalidad del mismo	5 min.	sillas
Dinámica grupal	Técnicas de relajación mediante la respiración.	<p>La psicóloga pide al grupo que permanezcan sentados y busquen una posición cómoda, pondrá una música relajante antes de iniciar y con voz pausada, se comienza a dar las siguientes indicaciones</p> <p>-Trate de estar tranquilo y relajado, olvidarse de sus pensamientos y concentrarse en su respiración, mientras esto ocurre, trate de que su respiración sea lenta y profunda, relaje su cuerpo y cierre los ojos concentrándose solo en su respiración.</p> <p>- Mientras continúa respirando tranquilamente, trate de seguir el aire que entra por su nariz y recorre todo su cuerpo, de arriba hacia abajo y como este sube nuevamente y sale</p>	20 min	Laptop parlantes

		con la exhalación. Luego de terminar la técnica la psicóloga preguntará como se sintieron.		
Exposición del tema	Aprender a identificar el estrés en la vida cotidiana	Se iniciará la exposición teórica sobre que es el estrés, como identificarlo y la importancia de manejar adecuadamente el estrés en la familia.	20 min	
Retroalimentación	Reforzar los conocimientos del taller	<p>Se proyectará un video para consolidar los conocimientos aprendidos Tema del Video: Estrés</p> <p>Resumen: El video nos alcances de cómo manejar el estrés, reducir la ansiedad y tener una mente enfocada que te ayude a conseguir tus objetivos. Duración: 10:25 min.</p> <p>Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=ERo897e-k_Y</p> <p>Finalidad: Aprender como disminuir el estrés y efecto negativo que tiene en la salud, el productividad y en la vida.</p>	15 min	Laptop Multimedia parlantes

Sesión 5 Buscando soluciones enfrentar el estrés

Objetivo: Aprender a resolver los problemas con que nos enfrentamos.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Dar a conocer los aspectos generales de la sesión.	La psicóloga hablará acerca del taller y la finalidad del mismo, se les pedirá que formen un círculo con sus sillas.	5 min.	sillas
Dinámica grupal	Resolver los problemas por medio de la comunicación.	Se trata de que todas las personas participantes pasen a través de una telaraña sin tocarla, utilizando un ovillo de lana, se construirá una telaraña, la cual tendrá muchos tamaños. El grupo debe pasar por la telaraña sin tocarla. Hay que buscar la solución para pasar los primeros con la ayuda de los demás. Luego uno a uno van saliendo hasta llegar al otro lado. Evaluar entre todos: ¿cómo se tomaron las decisiones? y ¿qué tipo de estrategia se siguió?	20 min	Ovillo de lana
Exposición del tema	Descubrir y solucionar los problemas	La psicóloga con el apoyo de una presentación en PowerPoint se dará una explicación clara sobre el tema sobre la solución de problemas y pedirá lluvia de ideas por parte de las participantes de cómo enfrentar los problemas del día a día	15 min	Multimedia

Retroalimentación	Reforzar lo aprendido	Para finalizar la psicóloga realizará una retroalimentación de la sesión para reforzar lo aprendido.	15 min	
-------------------	-----------------------	--	--------	--

Sesión 6 Aprendiendo a hacer optimistas

Objetivo: Reforzar el optimismo con una forma de enfrentar problemas a través de la técnica del Acuerdo positivo.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Dar a conocer los aspectos generales de la sesión.	Iniciaremos con una presentación de la psicóloga cargo del programa, quien explicara el contenido de la sesión	10 min.	sillas
Dinámica grupal	Fortalecer los pensamientos positivos	Mediante esta actividad los padres escribirán mensajes de buenos deseos y esperanzas sobre el desarrollo de sus hijos, los cuales irán en panel del aula, algunos de estos pueden leerse de manera espontánea.	20 min	Tarjetas de colores Plumones de colores

Exposición del tema	Identificar que es el optimismo	<p>Se les explicará la definición del optimismo y su importancia en nuestra vida y en las decisiones de nuestro día a día. Se les pasará un video</p> <p>Tema del Video: Optimismo Inteligente</p> <p>Resumen: Definición del optimismo y ver el lado bueno de las cosas, con confianza y convicción de que las cosas mejoran.</p> <p>Duración: 6:10 min.</p> <p>Enlace: https://www.youtube.com/watch?v=4-CAsBDbrRs</p> <p>Finalidad: Es fortalecer el objetivo del taller.</p>	15 min	Multimedia parlantes
Retroalimentación	Despejar dudas y obtener distintas opiniones	Se les dará una conclusión final acerca del optimismo y se reflexionará sobre cómo influye en la toma de decisiones	15 min	

Sesión 7 Caminando juntos al futuro

Objetivo: Identifiquen y reflexionen sobre el concepto de educación inclusiva.

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Dar a conocer los aspectos generales de la sesión.	La psicóloga hablará acerca del taller y la finalidad del mismo	5 min.	sillas
Dinámica grupal	Dinámica de contacto emocional	Se dividirá la mitad del grupo unos como ciegos y otros guías. Los ciegos vendarán los ojos y deben dejarse llevar por sus compañeros guías, recorriendo el ambiente. Luego de cinco minutos se cambian de rol. Al final del ejercicio guía y ciego se sientan a conversar sobre la experiencia de confiar en el otro: es fácil o difícil, cómo se sintieron más cómodos si como guía o como ciego, etc.	20 min	vendas
Exposición del tema	Conocer conceptos claros sobre la educación inclusión	Se iniciará con una explicación de lo que es la educación inclusiva y cuán importante es la participación de la familia.	15 min	

Retroalimentación	Saber el rol que cumple la familia en la educación inclusiva	<p>Por último, se proyectarán videos acerca del rol importante que cumple la familia para la educación inclusiva.</p> <p>Tema del Video: El regalo de Sofía</p> <p>Resumen: Historia real de unos padres de como reciben la noticia de su hija tiene Síndrome de Down y como ha sido el pacto en la familia, el proceso de asimilación hasta como la inclusión con la sociedad</p> <p>Duración: 13:08 min.</p> <p>Enlace: https://vimeo.com/59155437</p> <p>Finalidad: Que los padres tomen conciencia</p>	20 min	Multimedia parlantes
-------------------	--	---	--------	----------------------

Sesión 8 Recordando todo lo aprendido

Objetivo: Reforzar lo aprendido a través de la técnica lluvia de ideas

Actividades	Objetivo	Desarrollo	Tiempo	Recursos
Presentación del programa	Dar a conocer los aspectos generales de la sesión.	Se explicará el objetivo del taller y la finalidad del mismo, que es el buen uso de las estrategias de afrontamiento.	10 min.	sillas
Dinámica grupal	Yo me comprometo a...	Se les brindará unas pequeñas cartillas para que escriban en una palabra donde digan a que se comprometen a mejorar y la peguen en el periódico mural del salón como recuerdo.	10 min	Cartillas de colores lapiceros
Exposición del tema	Exponer lo aprendido en las sesiones	Se formaran grupos de cinco, indicándoles que elaboren cinco preguntas acerca lo aprendido en las sesiones, se recogerá las preguntas y se intercambiaran con otro grupo, luego los grupos responderán a las preguntas y cuando se finalice se regresan las preguntas ya resueltas a los grupos correspondientes, el delegado de cada grupo leerá las respuestas y si está de acuerdo las acepta y si no es así las rechazara aportando la idea correcta.	20 min	Paleógrafos plumones

Retroalimentación	Reforzar todo lo expuesto en las sesiones	Se les preguntará a los padres que les pareció lo expuesto en las sesiones Y qué fue lo que más le gusto o lo que les pareció más importante.	15 min	
Encuesta de satisfacción	Se les tomara una breve encuesta de autosatisfacción	Se entregará una encuesta de 5 preguntas para marcar (Ver Anexo)	5 min	Hojas bond lapiceros

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Recalde Cerda (2015) “*Estrategias de afrontamiento frente al estrés en madres de niños y niñas de 0 a 2 años que son pacientes del área de Fisioterapia Pediátrica del Servicio de Fisiatría y Rehabilitación del Hospital Carlos Andrade Marín de Quito en el período mayo-septiembre del 2014*” Universidad Central Del Ecuador.
- García Núñez, R. y Bustos Silva, G. (marzo-agosto 2015). Discapacidad y problemática familiar, Paakat: Revista de Tecnología y Sociedad, 5(8).
- Cano, F. Rodríguez. L. García J. (2006). *Adaptación del inventario de estrategias de afrontamiento española*. Actas Españolas de Psiquiatría, 35 (1), p.11.
- Chung Sanchez, M. (2017). Estrés parental y estrategias de afrontamiento en padres con hijos con trastorno por déficit de atención e hiperactividad de colegios de Ventanilla. Universidad Privada del Norte. <http://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/12519>
- Ninapaitan Zevallos, M. L. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés y tipos de discapacidad en padres de familia del CEBE Manuel Duato*. Universidad Católica Sedes Sapientiae. <http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/504>
- Dioses Rizzi, J. E. (2017). *Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres de estudiantes de 3 años en la red 16- UGEL03- San Miguel, 2017*. Universidad César Vallejo. <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/14853>
- Esquerre Castañeda, M. C. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés entre padres de hijos con y sin necesidades educativas especiales de Florencia de Mora*. Universidad Privada del Norte. <http://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/11440>
- Florián Reyna J. T. (2018) *Estrategias de Afrontamiento en Adultos Mayores del Centro Integral del Adulto Mayor en la Municipalidad de la Victoria* Universidad Inca Garcilaso De La Vega. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/3294>
- Rodriguez de Castillejo Arana, G. (2018). *Estrés parental y afrontamiento en padres de niños con síndrome de Down*. Pontificia Universidad Católica del Perú. <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/13195>
- Rojas Tipismana, S. G. (2019). *Estrategias de afrontamiento al estrés en adolescentes primigestas del Centro de Salud “Santa Cruz” en Miraflores, periodo 2019*. Universidad Inca Garcilaso De La Vega. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4497>

Definición conceptual	Objetivos	Definición de la variable	Definición operacional	Metodología
Problema general	Objetivo general	Lázarus (1986) define el afrontamiento como: “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 165).	Puntaje obtenido por el inventario de estrategias de afrontamiento (CSI) de la adaptación española de Cano y cols. Cano, Rodríguez y García adaptada en el 2007, hallaron coeficientes de fiabilidad de alfa de Cronbach muy adecuados en cada una de las ocho estrategias de afrontamiento.	Tipo: Descriptiva. Enfoque: Cuantitativo Diseño: No experimental, transaccional Población: 40 padres de familia del PRITE María Montessori
-¿Cuál es el nivel de estrategias de afrontamiento para el estrés en padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori, del Cercado de Lima - periodo 2019?	-- Determinar el nivel de estrategias de afrontamiento para el estrés en padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori, del Cercado de Lima - periodo 2019			
Problema específico	Objetivos específicos			
- ¿Cuál es el nivel de la estrategia resolución de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes PRITE María Montessori?	-- Determinar el nivel de la estrategia resolución de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes PRITE María Montessori.			
- ¿Cuál es el nivel de la estrategia reestructuración cognitiva, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?	- Determinar el nivel de la estrategia reestructuración cognitiva, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori			
- ¿Cuál es el nivel de la estrategia apoyo social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?	- Determinar el nivel de la estrategia apoyo social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.			
- ¿Cuál es el nivel de la estrategia expresión emocional, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?	- Determinar el nivel de la estrategia expresión emocional, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades			
- ¿Cuál es el nivel de la	hijos con habilidades			

<p>estrategia pensamiento desiderativo, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de la estrategia evitación de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de la estrategia retirada social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?</p> <p>- ¿Cuál es el nivel de la estrategia autocrítica, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori?</p>	<p>diferentes del PRITE María Montessori.</p> <p>- Determinar el nivel de la estrategia pensamiento desiderativo, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.</p> <p>- Determinar el nivel de la estrategia evitación de problemas, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.</p> <p>- Determinar el nivel de la estrategia retirada social, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.</p> <p>- Determinar el nivel de la estrategia autocrítica, como factor de afrontamiento al estrés, de los padres de familia con hijos con habilidades diferentes del PRITE María Montessori.</p>			
---	---	--	--	--

Anexo 1. Matriz de Consistencia

Anexo 2. Cuestionario Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI)

INVENTARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Edad: _____ Sexo: _____

Fecha de evaluación: _____

Lugar de residencia: _____

Diagnóstico de niño: _____

Piense unos minutos en la situación o hecho que haya elegido. Responda a la siguiente lista de afirmaciones basándose en cómo manejó usted esta situación. Lea cada frase y determine el grado en que usted hizo lo que cada frase indica en la situación que antes eligió marcando el número que corresponda:

0: en absoluto; 1: un poco; 2: bastante; 3: mucho; 4: totalmente

Esté seguro de que responde a todas las frases y de que marca sólo un número en cada una de ellas. No hay respuestas correctas o incorrectas; sólo se evalúa lo que usted hizo, pensó o sintió en ese momento.

N°	PREGUNTA	PUNTAJE				
		0	1	2	3	4
1	Luché para resolver el problema.	0	1	2	3	4
2	Me culpé a mí mismo.	0	1	2	3	4
3	Deje salir mis sentimientos para reducir el estrés.	0	1	2	3	4
4	Deseé que la situación nunca hubiera empezado.	0	1	2	3	4
5	Encontré a alguien que escuchó mi problema.	0	1	2	3	4

6	Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de una forma diferente.	0	1	2	3	4
7	No dejé que me afectara; evité pensar en ello demasiado.	0	1	2	3	4
8	Pasé algún tiempo solo.	0	1	2	3	4
9	Me esforcé para resolver los problemas de la situación.	0	1	2	3	4
10	Me di cuenta de que era personalmente responsable de mis dificultades y me lo reproché.	0	1	2	3	4
11	Expresé mis emociones, lo que sentía.	0	1	2	3	4
12	Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase.	0	1	2	3	4
13	Hablé con una persona de confianza.	0	1	2	3	4
14	Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas.	0	1	2	3	4
15	Traté de olvidar por completo el asunto.	0	1	2	3	4
16	Evité estar con gente.	0	1	2	3	4
17	Hice frente al problema.	0	1	2	3	4
18	Me criticqué por lo ocurrido.	0	1	2	3	4
19	Analiqué mis sentimientos y simplemente los dejé salir.	0	1	2	3	4
20	Deseé no encontrarme nunca más en esa situación.	0	1	2	3	4
21	Dejé que mis amigos me echaran una mano.	0	1	2	3	4
22	Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían.	0	1	2	3	4
23	Quitó importancia a la situación y no quise preocuparme más.	0	1	2	3	4
24	Oculté lo que pensaba y sentía.	0	1	2	3	4

25	Supe lo que había que hacer, así que doblé mis esfuerzos y traté con más ímpetu de hacer que las cosas funcionaran	0	1	2	3	4
26	Me recriminé por permitir que esto ocurriera.	0	1	2	3	4
27	Dejé desahogar mis emociones.	0	1	2	3	4
28	Deseé poder cambiar lo que había sucedido.	0	1	2	3	4
29	Pasé algún tiempo con mis amigos.	0	1	2	3	4
30	Me pregunté qué era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo.	0	1	2	3	4
31	Me comporté como si nada hubiera pasado.	0	1	2	3	4
32	No dejé que nadie supiera como me sentía.	0	1	2	3	4
33	Mantuve mi postura y luché por lo que quería.	0	1	2	3	4
34	Fue un error mío, así que tenía que sufrir las consecuencias	0	1	2	3	4
35	Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron	0	1	2	3	4
36	Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes	0	1	2	3	4
37	Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto	0	1	2	3	4
38	Me fijé en el lado bueno de las cosas	0	1	2	3	4
39	Evité pensar o hacer nada	0	1	2	3	4
40	Traté de ocultar mis sentimientos	0	1	2	3	4

Anexo 3. Anexos del programa de intervención

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN

La presente encuesta, tiene como objetivo conocer la opinión de los padres respecto al programa, agradeceremos responda con objetividad (marcando con una “X”), según usted considere.

Evaluación de la Psicóloga	Muy Satisfecho	Satisfecho	Poco Muy Satisfecho	Muy Satisfecho
1) En términos generales: ¿Que tan satisfecho se encuentra con el programa?				
2) En particular, ¿Que tan satisfecho se encuentra con la participación de la expositora?				
3) En particular, ¿Que tan satisfecho se encuentra con la metodología del programa?				
Evaluación de los materiales de apoyo	Muy Bueno	Bueno	Regular	Malo
4) ¿Cree que el material audiovisual (diapositivas) y videos es útil?				
5) Considera útil la información brindada en el taller.				

Observaciones/ Sugerencias