FACULTAD DE CIENCIA DE LA COMUNICACIÓN, TURISMO Y PSICOLOGÍA

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

ESTRÉS PARENTAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN PADRES DE HIJOS CON CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD EN LIMA SUR METROPOLITANA

TESIS

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA

BRICEÑO ORE, XIOMARA YARISSA

ASESOR

RAMOS RAMOS, FERNANDO ERIC

ORCID: 0009-0008-1017-0165

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

DESARROLLO, RELACIONES INTERPERSONALES Y SALUD MENTAL

LIMA, PERÚ

2026



CC BY-NC-ND

Reconocimiento – No comercial – Sin obra derivada

El autor sólo permite que se pueda descargar esta obra y compartirla con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se puede cambiar de ninguna manera ni se puede utilizar comercialmente.

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/

XIOMARA YARISSA BRICEÑO ORE

ESTRÉS PARENTAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN PADRES DE HIJOS CON CONDICIÓN DE DISCAPACIDAD EN LIMA SU...

Universidad de San Martin de Porres

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::29427:578959115

Fecha de entrega
15 abr 2026, 12:05 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
15 abr 2026, 12:07 p.m. GMT-5

Nombre del archivo
TESIS - BRICEÑO ORE XIOMARA.docx

Tamaño del archivo
284.5 KB

96 páginas

18.504 palabras

107.172 caracteres

17% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Exclusiones

- N.º de fuente excluida

Fuentes principales

13% Fuentes de Internet
4% Publicaciones
15% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

JURADO EVALUADOR

Presidente

Peceros Pinto, Benigno

Miembros

Soza Herrera, Juan José

Tarazona La Torre, José Oscar

DEDICATORIA

A Dios, por darme salud y automotivación para realizar mi trabajo de tesis.

También a mi familia, por el apoyo que me brindan para seguir estudiando y perseguir mis sueños.

A mis asesores por el apoyo para ser posible esta investigación.

Por último, y no menos importante a todos los padres de familias de hijos con condiciones de discapacidad, que tienen la fuerza de seguir adelante y ser perseverantes en la vida, espero que esta investigación le brinde una amplitud de conocimiento para poder comprender el desarrollo de sus hijos(a).

AGRADECIMIENTOS

A mis asesores por el apoyo, compromiso y grandes aportes brindados en todo el proceso de mi investigación y a los participantes de mi muestra por su disposición en contribuir en este presente trabajo.

ÍNDICE DE CONTENIDO

JURADO EVALUADOR v

DEDICATORIA vi

AGRADECIMIENTOS vii

RESUMEN xi

ABSTRACT xii

INTRODUCCIÓN xiii

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO 15

1.1. Bases teóricas 15

1.1.1. Estrés parental 15

1.1.2. Bienestar psicológico 20

1.2. Evidencias Empíricas 25

1.2.1. Evidencias nacionales 25

1.2.2. Evidencias internacionales 28

1.3. Planteamiento del problema 32

1.3.1. Descripción de la realidad problemática 32

1.3.2. Formulación del problema de investigación 33

1.4. Objetivos de la investigación 34

1.4.1. Objetivos generales 34

1.4.2. Objetivos específicos 34

1.5. Hipótesis 34

1.5.1. Hipótesis general 34

1.5.2. Hipótesis especificas 35

1.5.3. Variables de estudio 35

1.5.4. Definición operacional de las variables 37

CAPÍTULO II: MÉTODO 40

2.1. Tipo y diseño de investigación 40

2.2. Participantes 41

2.2.1. Criterios de inclusión 43

2.2.2. Criterios de exclusión 43

2.3. Medición 43

2.3.1. Ficha de datos sociodemográficos 43

2.3.2. Estrés parental 44

2.3.3. Bienestar psicológico 45

2.4. Procedimiento 46

2.5. Aspectos éticos 47

2.6. Análisis de datos 48

CAPÍTULO III: RESULTADOS 49

3.1. Análisis de confiabilidad 49

3.2. Análisis descriptivo 49

3.3. Análisis inferencial 52

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN 58

CONCLUSIONES 72

RECOMENDACIONES 73

REFERENCIAS 74

ANEXOS 85

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de la variable estrés parental 37

Tabla 2 Operacionalización de la variable bienestar psicológico 38

Tabla 3 Características sociodemográficas de padres de familia de hijos con condiciones de discapacidad en Lima Sur Metropolitana (n=200) 42

Tabla 4 Valores de confiabilidad de las variables 49

Tabla 5 Estadísticos descriptivos de las variables 50

Tabla 6 Prueba de normalidad de los instrumentos 51

Tabla 7 Análisis de correlación entre estrés parental y bienestar psicológico 52

Tabla 8 Análisis de correlación entre bienestar psicológico y la dimensión malestar paterno 53

Tabla 9 Análisis de correlación entre bienestar psicológico y la dimensión interacción disfuncional padre-hijo 54

Tabla 10 Análisis de correlación entre bienestar psicológico y niño difícil 56

RESUMEN

En el presente trabajo se buscó determinar la relación entre estrés parental y bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana. Para ello, se aplicó un enfoque cuantitativo no experimental, bajo diseño transversal y correlacional. Se consideró una muestra conformada por 200 participantes entre 20 y 60 años. Se utilizaron dos escalas, una para cada variable de investigación, la primera es el Cuestionario de Estrés Parental de Abidin/ versión peruana abreviada por Sánchez (2015) y la segunda es la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al. (2006) y con la versión final de Álvarez (2019). Se obtuvo que existe una correlación inversa de grado moderado según el estadístico de correlación RHO de Spearman al -.184. Asimismo, entre las dimensiones existen relaciones inversas de grado bajo, estadísticamente significativa.

Palabras claves: estrés parental, bienestar psicológico, discapacidad, padres.

ABSTRACT

The present study aimed to determine the relationship between parental stress and psychological well-being in parents of children with disabilities in the southern metropolitan area of Lima. A non-experimental, quantitative approach was applied, using a cross-sectional and correlational design. The sample consisted of 200 participants aged between 20 and 60 years. Two instruments were used, one for each research variable: the Parental Stress Questionnaire by Abidin, in its Peruvian abbreviated version by Sánchez (2015), and the Psychological Well-Being Scale by Ryff, adapted into Spanish by Díaz et al. (2006) and finalized by Álvarez (2019). The results showed a moderate inverse correlation between the variables, with a Spearman's Rho coefficient of -.184. Additionally, the dimensions presented statistically significant inverse relationships of low magnitude.

Keywords: parental stress, psychological well-being, disability, parent

INTRODUCCIÓN

Según el Registro Nacional de la Persona con Discapacidad (RNPCD), actualizado hasta noviembre del 2024, en el Perú se han registrado 396,500 personas con discapacidad. De ellas, el 50% presenta una discapacidad grave, el 34,8% moderada y el 15,2% leve, lo que refleja que una gran parte de la población requiere apoyo permanente para desenvolverse con autonomía (CONADIS, 2024).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) (2024), plantea que la discapacidad no se origina únicamente en la persona, sino en la interacción entre sus restricciones funcionales, ya sean, físicas, cognitivas o sensoriales y factores contextuales que impiden su participación plena en la comunidad. En esa misma línea, la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2023), advierte que muchos trastornos congénitos se asocian a discapacidades permanentes, lo que supone una carga significativa tanto para la persona como para sus cuidadores. Estos padres suelen enfrentar exigencias constantes que generan altos niveles de estrés, afectando su estabilidad emocional y la dinámica familiar (Casado et al., 2023).

Desde el punto de vista social, esta problemática repercute directamente en el bienestar de los padres, quienes deben sostener un esfuerzo prolongado para atender las necesidades de sus hijos. Desde el ámbito académico, sin embargo, aún se observa una brecha de investigación en el Perú sobre la correlación específica entre estrés parental y bienestar psicológico en esta población, lo que limita la comprensión integral del fenómeno y la generación de propuestas basadas en evidencia.

En este marco, este estudio busca analizar cómo se relaciona el estrés parental con el bienestar psicológico en padres con hijos en condición discapacidad. Esta investigación se desarrolla con un enfoque cuantitativo, diseño transversal y alcance correlacional, aplicándose a una muestra de 200 padres residentes en Lima Sur Metropolitana, con edades entre 20 y 60 años.

El aporte teórico del trabajo radica en ampliar el conocimiento sobre los aspectos psicológicos que influyen en el bienestar de los padres que cuidan a un hijo con discapacidad, reforzando la literatura existente desde un enfoque contextualizado en la realidad peruana. En el plano práctico, los resultados pretenden brindar fundamentos para desarrollar acciones de acompañamiento psicológico y programas orientados a mejorar tanto la salud mental de los padres como la armonía familiar.

Este trabajo se organiza en cuatro capítulos. El primero desarrolla los fundamentos teóricos y conceptuales que respaldan el estudio, así como la revisión de antecedentes tanto nacionales como internacionales. También se formula el problema de investigación, los objetivos y las hipótesis. En el segundo capítulo se describe el enfoque metodológico empleado, los criterios de selección de los participantes, los instrumentos utilizados y los procedimientos éticos seguidos, así como la estrategia de análisis de datos. El capítulo tres presenta los resultados obtenidos a partir de los análisis estadísticos realizados. Finalmente, el capítulo cuatro ofrece una discusión de los hallazgos en función del marco teórico, y se expone un conjunto de conclusiones y recomendaciones para futuras investigaciones y prácticas profesionales.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1. Bases Teóricas

1.1.1. *Estrés Parental*

Definición. Ángeles y Fernández (2024), el estrés parental puede definirse como una sobrecarga física y emocional que enfrentan los cuidadores al asumir los retos que implica la crianza. Este tipo de estrés surge, entre otros factores, por la acumulación de responsabilidades, las dificultades económicas o los retos que implica contribuir al progreso personal y formativo de los menores. Cuando se trata de padres cuyos hijos presentan alguna condición de discapacidad, esta tensión se intensifica, ya que se requiere una atención constante y especializada. Esta situación puede deteriorar no sólo el equilibrio emocional de los padres, generando sentimientos de agotamiento o frustración, sino que también podría tener repercusiones adversas en su estado de salud física y las dinámicas familiares. En casos prolongados, esta presión puede derivar en trastornos emocionales, lo que reduce la eficacia con la que los padres enfrentan las responsabilidades y retos cotidianos.

Bravo (2021) enfoca que el estrés parental es un grado de exigencia en base a responsabilidades que superan la capacidad de enfrentar los obstáculos del día a día, lo que genera incomodidad, tensión y agotamiento. Asimismo, dado que esta es una situación de crisis para la familia, no puede funcionar de manera efectiva. El estrés, es un reajuste a largo plazo del comportamiento de una persona que agota la salud mental, por lo que, los procesos de afrontamiento inadecuados pueden conducir a respuestas desreguladas al entorno, además, es provocado por factores socioeconómicos o situacionales.

Staunton et al. (2023) subrayan que cuando el estrés se vuelve constante, los padres tienden a percibir una menor capacidad para controlar su entorno, afectando negativamente su capacidad para establecer metas significativas o sentirse realizados en el día a día. Estas alteraciones inciden de manera directa la salud mental, reduciendo la sensación de competencia individual y la capacidad para mantener objetivos con sentido. En ese escenario, las exigencias del cuidado especializado pueden romper el equilibrio emocional, dificultando el desarrollo de habilidades para afrontar adecuadamente la crianza.

Arotoma (2019) el malestar de los padres no se relaciona únicamente con las conductas de los hijos, sino también con la carga emocional derivada del propio rol parental, tal como explican Lazarus y Folkman en su libros e investigaciones. En esta vivencia diaria, los padres están satisfechos con su trabajo, lo que les da confianza, pero también hay fracasos y dificultades que los hacen sentir estresados.

Vásquez (2020) señala que, dentro del ámbito de la crianza, la presión emocional que enfrentan los padres, se relaciona con su nivel de habilidad para atender a sus hijos, así como con la manera en que interpretan y reaccionan ante su carácter y conductas. El estrés de los padres se estudió en un modelo de aquellos que creían que dependía del apoyo, los recursos y las habilidades percibidas del padre para las parejas, a fin de conservar el estado de equilibrio emocional y promover plenamente el desarrollo de los niños. Estos autores concluyeron, que las percepciones de apoyo paterno son fundamentales para las madres. Es decir, cuando las madres se sintieron apoyadas por los padres durante las actividades de crianza, los niveles de estrés fueron menores.

Perspectiva teórica. Existen enfoques que hacen frente al estrés parental para entender la relación entre una persona con su medio. Como menciona Díaz (2020), el estrés en sí no es malo, ya que, permite ajustarse al entorno y tomar decisiones, pero sí en cambio siente que no tiene recursos o que el evento estresante es duradero con el tiempo habla de una presión negativa que aumenta los problemas e impide resolverlos.

Síndrome General de Adaptación (SGA). El organismo responde de manera similar frente a distintos agentes estresores, ya sean físicos, químicos o emocionales. Su modelo describe tres etapas sucesivas: la fase de alarma, en la que el cuerpo reacciona de forma inmediata movilizando recursos fisiológicos; la fase de resistencia, donde se procura conservar la estabilidad interna frente al estresor persistente; y la fase de agotamiento, que aparece cuando la persona se expone y es prolongada lo que sobrepasa la capacidad de adaptación generando deterioro físico y psicológico. Esta teoría fue pionera en comprender el estrés como un proceso biológico sistemático, estableciendo la relación entre demandas externas y la vulnerabilidad del organismo a diversas enfermedades (Selye, 1936).

Teoría basada en Estímulos. El estrés está relacionado con los estímulos del entorno, que son factores que interfieren o alteran el funcionamiento normal de un organismo, ubican el estrés externamente en relación con el individuo y lo consideran autónomo. Por ello, este enfoque genera conflictos situacionales estresantes debido al grado, además, reconoce los eventos de la vida (estímulos) que generan respuestas de estrés necesitando herramientas para poder potenciarlo. Al principio, se indicaba que los estresores eran causados por cualquier alteración de adaptación, pero investigaciones posteriores han demostrado que los eventos negativos tienen una elevada impresión en los seres humanos Esta teoría, comparando modelos

centrados en estímulos pueden experimentar ciertas restricciones de soporte de estrés, cuando se alcanza la indulgencia máxima, de lo contrario, se produce un deterioro físico o psíquico intolerable. (Holme & Rahe, 1967, citado en García, 2014).

Teoría basada en la Interacción. El mayor representante es Lazarua, por ello, según García (2014) enfatiza los factores psicológicos como la relación a estresores, de esta manera, desde esta perspectiva se destaca el rol que cumple la persona al afrontar el estrés. También introduce el término valoración cognitiva, siendo un intermediario a las respuestas del estrés, donde las personas valoran lo que sucede, para potenciar la salud mental. Se evalúa tres tipos:

Evaluación primaria. Hace referencia al medio y personas según la influencia que se genera, es decir, diferentes perspectivas, ya sea, amenazas, daños previsibles o recursos necesarios para evaluar la confrontación, por ello, el evento puede o no conducir a una respuesta estresor.

Evaluación secundaria. Posee una ventaja, ya que, se utilizan recursos que apoyan a las habilidades personales y sociales que necesita el ser humano para superar cada confrontación tensa.

Reevaluación. Esta es una evaluación que permite retroalimentar la situación para corregir los recursos utilizados, permitiendo al sujeto interpretar la situación pasada de una manera más positiva.

Dimensiones. El estrés es la respuesta de la interrelación de las particularidades del cuidador, niño y entorno. Se puede observar que ciertos factores como conflictos laborales, económicos, etc. del padre provocan esta inestabilidad, por ello, como las presencias de las tres dimensiones desgastan la calidad de vida y vínculos entre cuidadores-hijos que trae como consecuencia reducción de cariño, disciplinas rígidas hacia el niño, provocando problemas emocionales (Bravo, 2021).

Dimensión del malestar paterno. Según Sánchez (2015) hace referencia al conflicto de pareja, las prácticas de socialización y enseñanza adoptadas por los cuidadores, así como la carencia de respaldo en las labores de cuidado y la insatisfacción sobre necesidades del niño. Por ello, un puntaje alto significa que los padres experimentan culpabilidad, falta de asertividad y autoridad sobre sus hijos.

Dimensiones Interacciones disfuncionales entre padres e hijos. Esta segunda dimensión, evalúa las relaciones antagónicas a largo plazo entre progenitores y sus hijos, a menudo relacionadas con la forma en que los progenitores interpretan y valoran el comportamiento y desarrollo de sus hijos (Salazar, 2019).

Dimensión Niño difícil. Dioses (2017) evoca que evalúa el rango de estrés parental intensificado por los rasgos individuales del menor, donde frecuentemente, los padres consideran complicado manejar las acciones de su hijo, interpretar su forma de ser, enfrentar conductas inapropiadas, así como controlar sus alteraciones emocionales o de ánimo. Cualquier situación que un padre crea que está fuera de su control. Si obtiene una puntuación alta en esta dimensión, puede tratarse de un problema de regulación del comportamiento.

Elementos que inciden en el estrés de los padres: Las situaciones generadoras de tensión son amenazas para el organismo, de acuerdo, con Díaz (2020) indica existen diversos factores, uno de ellos, es que los padres con hijos con capacidades diferentes, muestran consecuencias negativas como la depresión o ansiedad. Asimismo, un nivel bajo de afrontamiento a situaciones nuevas, rehabilitaciones, etc. y muchas veces sin el apoyo necesario. De esta manera, puede provocar cambios de humor, especialmente para la madre comprobado por investigaciones, además, es importante recalcar que otro factor que influye es la

impresión de conocer el diagnóstico del menor, pasando por etapas de negación u otras emociones que afectan la convivencia, la salud y el ajuste personal.

Prevención del estrés parental. Puede ser la base de trastornos de ansiedad y depresión, lo que a su vez afecta en la formación del niño. Por ello, Arotoma (2019) refiere que es relevante que los padres cuiden su salud mental, como respaldo en el crecimiento óptimo de los hijos, dado que, evita que ellos y sus hijos se enfrenten a problemas más complejos. Ser padre no es fácil, por lo que no está mal darse cuenta de que el rol está más allá de nuestras capacidades, sin embargo, a través del proceso psicológico se pueden aprender estrategias para gestionar eficazmente nuestras emociones y las de nuestros hijos; esto nos dará una mayor autoeficacia y habilidades para construir relaciones cercanas con nuestros hijos. Además, es importante planificar el tiempo, establecer prioridades, actividades diarias y tomar decisiones de estilo de vida saludables.

1.1.2. *Bienestar psicológico*

Definición. Barragán (2023) hace referencia al estado integral de realización personal que se manifiesta a través del despliegue de habilidades propias y la manera en que se interpretan y abordan los desafíos vitales. Este concepto está relacionado con la habilidad individual para vivenciar bienestar subjetivo y psicológico, especialmente en contextos como la adolescencia, donde la capacidad de gestionar las emociones se posiciona como un factor determinante en este ámbito. Además, el bienestar psicológico implica no solo la resolución de situaciones cotidianas, sino también un florecimiento integral que se moldea por las experiencias vividas y la adaptación a diferentes desafíos.

Asimismo, el bienestar psicológico, parte de un estudio, para lo cual se adoptan dos posiciones distintas a saber, por un lado, la tradición hedonista, orientada hacia

el estudio del bienestar subjetivo, caracterizado por las actitudes positivas, y por otro lado, la tradición eudaimónica, inclinado al estilo de vida y desarrollo personal, involucrando factores emocionales, cognitivos y los diferentes contextos en los que actúan los sujetos (Canchari, 2019).

De esta forma, se considera un pilar fundamental para el individuo, con la finalidad de gozar de una salud mental satisfactoria. Sin embargo, no permanece inerte, está determinado por una variedad de elementos, incluyendo la socialización, que se manifiesta en humanos u otras especies biológicas. Así, los altos niveles de bienestar dependen de poder identificar una apreciación positiva de la vida, dándole sentido, si se mantendrá en el tiempo, mientras que los bajos niveles de bienestar vendrán dados por el desajuste que pueda ocurren a lo largo de su vida y experiencia (Rosales, 2018).

Perspectiva teórica. El bienestar psicológico ha sido explicado por diversas teorías con la finalidad de comprender este constructo.

Teoría multidimensional de Bienestar psicológico. Este enfoque de Ryff (1989) citado en García (2015) se define como el empeño humano por perfeccionarse y maximizar su potencial, a través de las metas propuestas. En otras palabras, este modelo enfatiza, la disposición para adaptarse a las transformaciones propias de la vida, así como el saber que se encuentra íntimamente relacionado con el desarrollo positivo personal. Es por esto, que este modelo fue creado por la falta de conceptos de autorrelación y habilidades humanas.

Teoría de la Auténtica Felicidad. Esta noción se basa en las cualidades positivas y capacidades personales que producen un bienestar psicológico óptimo. Por ello, Domínguez & Ibarra (2017) menciona que la auténtica felicidad en su libro

del doctor Seligman, se busca desarrollar las fortalezas de la personalidad de una persona, para ello, debemos de identificar y reforzar nuestros mejores aspectos para construir una barrera protectora contra la vida o contratiempos emocionales.

Teoría del bienestar. Según Zúñiga (2018), la teoría del bienestar se organiza en cinco componentes principales: emociones positivas, compromisos, relaciones positivas, sentido de vida y propósito orientado a metas y logros. Estos elementos conforman el modelo PERMA de Seligman, el cual se caracteriza por tres propiedades: en primer lugar, contribuye a la felicidad; en segundo lugar, promueve la autonomía y, en tercer lugar, busca la exclusividad. De esta manera, el bienestar psicológico puede entenderse como una construcción dinámica, similar al tiempo, ya que no cuenta con una única estructura o medida que lo defina por completo, sino que depende de diversos factores que inciden en su configuración.

Dimensiones. Su propósito es reconocer las disposiciones favorables y desfavorables que el individuo mantiene hacia sí mismo y con el entorno, por ende, estos procesos son capaces de cambiar la percepción del bienestar psicológico. Carol Ryff (como se cita en Rosales, 2018) señalan a seis dimensiones que a continuación lo describiremos:

Dimensión de autoaceptación. Consiste en aceptarse y amarse a sí mismo, lidiando con virtudes y defectos que componen tu personalidad. Asimismo, reside en disfrutar lo que tienes con mucho compromiso y optimizando tu autoestima. La autoaceptación se alcanza mediante una valoración favorable de la propia personalidad, considerando tanto las experiencias pasadas como las actuales. La evidencia indica que los altos niveles de aceptación viven vidas fáciles y, por lo tanto, tienen una mejor salud física y mental.

Dimensión de relaciones positivas. Habilidad para interactuar de forma auténtica y con apertura emocional con su entorno social. Ryff reconoce lo crucial que son las relaciones interpersonales, caracterizado por la habilidad de utilizar la asertividad, empatía, cooperación y compromiso con los demás.

Dimensión autonomía. Es la seguridad e independencia en sí mismo, además, la habilidad de resolver conflictos y la toma de buenas decisiones. Hay dos formas de mover el comportamiento, uno es el comportamiento causado por la fuente endógena y el comportamiento causado por la fuente exógena. En otras palabras, la autonomía se trata de los actos internos y externos para asumir responsabilidades con el poder de pensar con libertad, sin exceder la integridad del tercero.

Dimensión del dominio del entorno. Habilidad de dirigir y tomar decisiones sobre la propia existencia y crear entornos óptimos donde se desplaza el sujeto, además, genera beneficios como confianza, estabilidad en sí mismo, necesidades propias, sin embargo, el exceso puede traducirse en despojo ambiental generando desventajas, ya que, el entorno debe ser equilibrado para facilitar el logro de metas en las esferas social, económica y cultural. Se subraya el papel esencial de los hábitos establecidos por el individuo y así cuidar los recursos naturales.

Dimensión de crecimiento personal. Es innato y requiere la autoconciencia de progresar en todas las etapas de la vida, es decir, el crecimiento o desarrollo del sujeto. Por este motivo, las personas deben de buscar herramientas que ayuden en los conocimientos intelectuales, estado de ánimo, y la superación económica.

Dimensión Propósito en la vida. Está relacionada con la idea de propósito o sentido, por ello, se evoca el planteamiento de objetivos, visiones, misiones y metas

personales. Además, está enfocado en la individualidad, es decir, lo que el sujeto piensa y actúa con valores y necesidades, sin embargo, las personas bajas en este nivel, presentan síntomas negativos por el exceso de fijación en las metas.

Determinantes. Este término se refiere a los estímulos que estabilizan a una persona. Así, Rebaza (2021) afirma que existen condiciones que modelan el desarrollo de una mente sana y funcional. Entre ellos tenemos la educación, el entorno social, la ocupación y el estilo de vida del sujeto, cabe recalcar, que los problemas mentales, no siempre se refiere a la enfermedad, sino al estado en que se encuentra la persona. De tal manera, que el estrés, ansiedad y depresión son los trastornos más silenciosos que afecta nuestra salud física y mental.

Importancia del bienestar psicológico. A medida que nos desarrollamos en vida, según Niño y Peña (2019) evocan que contar con un bajo bienestar psicológico repercute en los procesos mentales, afectivos y de comportamiento del individuo, siendo perjudiciales en la calidad de sus vínculos interpersonales. Por ello, es fundamental trabajar en ello, y puedan desarrollar sus habilidades, hacer frente a los factores estresantes cotidianos, trabajar productivamente y participar en la mejora colectiva de su entorno social. Esto incluye la salud mental, abordar los problemas cotidianos de manera honesta, realista y madura, vivir una vida variada y productiva, incluida la capacidad de trascender el propio entorno y beneficiarse de él donde exista. En este sentido, es importante activar el cerebro a través de actividades dinámicas que requieran un grado de concentración, así como una alimentación saludable, ejercicio y construcción de buenas relaciones mediante la manipulación de los rasgos de personalidad.

1.2. Evidencias empíricas

1.2.1. Evidencias Nacionales

Kusen (2024) desarrolló una investigación titulada “Influencia del estrés parental en el bienestar psicológico en padres de familia con hijos con altas capacidades intelectuales en contexto de pandemia en Lima Metropolitana, 2022”. El propósito del estudio fue analizar cómo el estrés parental incide en el bienestar psicológico de progenitores con hijos que poseen altas capacidades intelectuales, en el contexto particular de la pandemia por COVID-19. La muestra estuvo compuesta por 169 padres, todos ellos pertenecientes al Programa de Atención Educativa para Niños con Facultades Talentosas Sobresalientes, ubicado en el distrito de San Luis. Para la recolección de datos se emplearon como instrumentos principales el Cuestionario de Estrés Parental, adaptado a la realidad peruana, y el Cuestionario de Bienestar Psicológico propuesto por Díaz et al. (2006), que evalúa aspectos como la autoaceptación, la autonomía, las relaciones positivas, el sentido de propósito vital y el crecimiento personal. Los resultados del estudio indicaron que el nivel de estrés parental fue moderado, pero se evidenció una relación inversa estadísticamente significativa con el bienestar psicológico. Esta asociación mostró efectos especialmente notorios en varias dimensiones evaluadas. En particular, se encontró que un mayor grado de estrés parental se relacionaba con niveles más bajos de bienestar psicológico, especialmente en las áreas de autoaceptación, autonomía, vínculos interpersonales positivos, propósito vital y crecimiento personal.

Chipana (2024) llevó a cabo un estudio que abordó la relación entre la resiliencia y el bienestar psicológico en padres de niños con discapacidad, vinculados a un Centro de Educación Básica Especial ubicado en el distrito de Ancón. El objetivo fue explorar cómo se asocian ambas variables en esta población específica. Para tal fin, se aplicó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo transversal, específicamente correlacional y con nivel descriptivo, lo que permitió observar las variables sin manipularlas. La muestra estuvo conformada por 40 personas, entre hombres y mujeres, con edades entre 25 y 60 años, seleccionadas mediante un muestreo no probabilístico. Esta técnica permitió incluir a participantes directamente relacionados con el fenómeno estudiado. Para recolectar los datos, se utilizaron dos instrumentos previamente validados: la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young (1993), en su versión traducida por Novella (2022), y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) de Casullo y Castro (2000), adaptada por Domínguez (2014). Ambos cuestionarios fueron administrados de manera presencial, bajo condiciones controladas. El análisis estadístico se realizó utilizando el software SPSS, aplicando el coeficiente de correlación Rho de Spearman, debido a que las variables no cumplían con los supuestos de normalidad. Los resultados mostraron que no se halló una correlación significativa entre las variables, ya que el coeficiente de correlación obtenido fue r = -,016, lo cual sugiere una relación negativa muy débil y sin significancia estadística. No obstante, se observó una tendencia a menor bienestar psicológico en participantes con niveles bajos de resiliencia, aunque esta diferencia no fue estadísticamente comprobada.

López y Ushñahua (2022) desarrollaron una investigación cuyo propósito fue analizar la relación entre el estrés parental y el nivel de apoyo social percibido en madres y padres de niños diagnosticados con Trastorno del Espectro Autista (TEA), en la ciudad de Lima. La muestra incluyó a 50 padres de familia cuyos hijos presentaban dicha condición. Los resultados revelaron que el 74% de los participantes presentaban un alto nivel de estrés parental, y el 96% obtuvo puntajes elevados en la dimensión correspondiente a la interacción disfuncional entre padres e hijos. En cuanto al apoyo social, se reportaron niveles moderados, siendo los amigos la fuente principal, mencionada por el 44% de los encuestados. Respecto al análisis estadístico, se halló una correlación inversa significativa entre ambas variables, con un coeficiente de Spearman de -0,545 y un valor de significancia menor a 0,001. Este hallazgo indica que una mayor percepción de apoyo social está asociada a una menor presencia de estrés parental, lo que respalda la relevancia de dicho apoyo como un factor protector en este tipo de contextos familiares.

Achata (2019) realizó un estudio titulado “Estrés parental y resiliencia en madres con hijos discapacitados de centros educativos básica especial del distrito de Ventanilla, 2018”, con el objetivo de examinar la relación entre el nivel de estrés parental y la resiliencia en madres cuidadoras de niños con discapacidad. La investigación, de diseño no experimental y alcance correlacional, se desarrolló en tres Centros de Educación Básica Especial (CEBE) del distrito de Ventanilla: Sagrado Corazón, Helen Keller y Divino Milagro. La muestra estuvo conformada por 110 mujeres entre 23 y 60 años. Para la recopilación de información se aplicaron dos pruebas: el Cuestionario de Estrés Parental PSI-SF de Abidin, adaptado al contexto peruano por

Sánchez (2015), que evalúa aspectos como el malestar parental, la relación disfuncional entre padre e hijo y el cuidado del menor; y la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young, traducida por Novella (2002), orientada a medir la capacidad para afrontar situaciones adversas. Los datos revelaron que el 81,8 % de las participantes presentaron altos niveles de estrés parental, mientras que el 73,6 % mostró bajos niveles de resiliencia. Además, se evidenció una relación negativa significativa entre ambas variables (r = -0,253), lo que sugiere que, a mayor resiliencia, menor es el estrés parental. También se hallaron correlaciones negativas en las dimensiones de interacción disfuncional (r = -0,259) y cuidado del hijo (r = -0,231). No se encontró vínculo significativo con el malestar parental. El estudio concluye que aquellas madres con mayor capacidad resiliente tienden a presentar niveles más bajos de estrés, lo cual subraya la necesidad de fortalecer este recurso personal en contextos vulnerables.

1.2.2. Evidencias Internacionales

Rusu et al. (2025) efectuaron una investigación titulada “Parental Stress and Well-Being: A Meta-analysis”, publicado en la revista Clinical Child and Family Psychology Review, con la finalidad de examinar manera sistemática la relación entre el estrés parental y el bienestar psicológico. Esta investigación no solo exploró la magnitud de dicha relación, sino también el papel de diversos factores moderadores, incluyendo características propias de los padres, de los hijos y de los estudios considerados. La muestra total estuvo conformada por 22 108 progenitores de niños entre 0 y 18 años, extraídos de 93 muestras independientes incluidas en 86 investigaciones previas. La mayoría de los

estudios recopilados presentaban un diseño transversal, aunque también se incluyeron investigaciones longitudinales, de intervención y diarios. Para medir el estrés parental, se utilizaron principalmente escalas de autoinforme, entre las cuales el Parental Stress Index (PSI) fue uno de los instrumentos más representativos. En cuanto al bienestar psicológico, este se evaluó mediante indicadores como la satisfacción con la vida, la felicidad, el bienestar emocional y la calidad de vida. Los hallazgos obtenidos mediante el meta-análisis señalaron una correlación negativa significativa de magnitud moderada entre ambas variables ($r = –0,40$; $p < 0,001$), lo que implica que un aumento en el nivel de estrés parental se asocia con una disminución en el bienestar psicológico. Esta conclusión refuerza la idea de que el estrés derivado del rol parental puede afectar de forma negativa el estado emocional de los cuidadores.

Quinceno y Gutiérrez (2020) condujeron un estudio denominado *"Bienestar psicológico y adaptación en madres de hijos con Síndrome de Down de la Fundación Amadeus de Santiago de Cali"*, cuyo propósito fue explorar la relación entre el bienestar psicológico y el nivel de adaptación en esta población específica. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo con diseño transversal, no experimental, y contó con la participación de 20 madres pertenecientes a dicha fundación. Para medir las variables, se utilizaron dos instrumentos estandarizados: la Escala de Bienestar Psicológico elaborada por Sánchez-Cánovas y el Cuestionario de Adaptación para Adultos desarrollado por Hugo Bell, en la versión adaptada por Enrique Cerdán. Los resultados revelaron la existencia de una relación entre ambas variables, aunque con niveles de intensidad variados. Asimismo, se identificaron factores

contextuales que impactan negativamente en el bienestar psicológico de las participantes, tales como la situación económica, el hecho de ser madres solteras y la falta de conocimiento previo sobre el diagnóstico de sus hijos. Estas condiciones se asociaron con menores niveles de adaptación y bienestar emocional.

Jenaro et al. (2020) realizaron un estudio titulado *"Parental Stress and Family Quality of Life: Surveying Family Members of Persons with Intellectual Disabilities"*, con el fin de examinar el vínculo entre el estrés parental y la calidad de vida familiar en cuidadores de personas con discapacidad intelectual en España. La investigación incluyó una muestra de 515 personas, principalmente padres, madres y otros cuidadores cercanos. Para recolectar la información, se aplicaron tres instrumentos: la versión abreviada del Parenting Stress Index (PSI/SF), empleada para medir el nivel de estrés en los padres; la Beach Center Family Quality of Life Scale (BC-FQOL), que evaluó la calidad de vida familiar a través de cinco dimensiones (interacción familiar, rol parental, bienestar físico/material, bienestar emocional y apoyos relacionados con la discapacidad); y la Supports Intensity Scale (SIS), que permitió estimar el nivel de necesidades de la persona con discapacidad. Los resultados indicaron correlaciones positivas y significativas entre el estrés parental y variables como la interacción disfuncional entre padre e hijo ($r = 0,606$) y las conductas difíciles del hijo ($r = 0,580$). En contraste, se observaron asociaciones negativas con algunas áreas de calidad de vida familiar, como el bienestar emocional ($r = –0,357$), la interacción familiar ($r = –0,328$) y el rol parental ($r = –0,281$), lo cual sugiere que niveles elevados de estrés en los cuidadores están relacionados con una percepción más baja de bienestar en estas dimensiones familiares.

Briceño (2019) llevó a cabo una investigación en la ciudad de Babahoyo, Ecuador, con el propósito de explorar la relación entre el estrés parental y la adaptabilidad familiar en padres de niños con necesidades educativas especiales. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, de diseño correlacional no experimental, y contó con la participación de 50 padres pertenecientes a una institución de educación especial. Como parte del procedimiento, se utilizaron dos instrumentos reconocidos: el Índice de Estrés Parental (PSI) de Abidin (1990), adaptado al español por Solís y Abidin (1991), y la escala FACES III de cohesión y adaptabilidad familiar, desarrollada por Olson, Portner y Lavee (1985), adaptada por Schmitt (2005) y traducida por Hernández (2007). Los hallazgos del estudio señalaron que no se encontró una asociación estadísticamente significativa entre el estrés parental y la adaptabilidad familiar ($p = 0,413$; $\alpha = 0,118$), lo que indica que el nivel de estrés percibido por los padres no influye de manera directa en la dinámica de adaptación familiar. Asimismo, tampoco se evidenció una relación relevante entre la dimensión de malestar parental y la capacidad de adaptación de la familia.

1.3. Planteamiento del problema

1.3.1. Descripción de la realidad problemática

Este estudio responde a las múltiples consecuencias que enfrenta la familia por el estrés parental, especialmente en contextos con poca investigación sobre quienes crían hijos con discapacidad (León et al., 2023). A nivel mundial, en Estados Unidos, el estrés parental es un tema de relevancia para la salud pública debido a su influencia con en el bienestar familiar. Según una encuesta de la Asociación Estadounidense de Psicología (APA) (2024), casi la mitad de los padres se siente abrumado diariamente, frente al 25% de adultos sin hijos. Además, el 66% reporta preocupaciones económicas constantes, y el 77% de padres solteros, experimentan soledad y falta de apoyo.

En el contexto latinoamericano, según Informe de Servicios de Salud (IPSOS) (2024) citado en Florencia (2024), el malestar psicológico ha aumentado en los últimos tres años. Este estudio, que incluyó a 23 600 personas en 31 países (seis de ellos latinoamericanos), muestra que Chile lidera la región con un 69% de preocupación por la salud mental, mientras México tiene el porcentaje más bajo, con 25%. Esto confirma que la salud mental es un problema sanitario prioritario

A nivel nacional, la Encuesta de Competencias Socioemocionales de Niños y el Estudio de Indicadores de Salud Mental en Cuidadores (ECIC, 2024), elaborados por la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP) y Copera Infancia, evidencian que muchos padres enfrentan niveles altos de estrés que impactan negativamente en su bienestar psicológico, manifestándose en síntomas de ansiedad, depresión o irritabilidad. Con base en una población

compuesta por 31 877 cuidadores de niños entre 5 y 12 años de diferentes regiones del país, 2 de cada 10 reportaron síntomas severos de estrés y el 25,2% mostró señales de malestar psicológico. Estos resultados subrayan la necesidad de fortalecer el acompañamiento a cuidadores y promover entornos familiares más saludables.

Por otro lado, en el Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) (2017) señala que 3 051 612 personas presentan limitaciones para desenvolverse en la vida diaria, y el 18,2% de este grupo tiene alguna discapacidad. El mayor porcentaje se observa en jóvenes de 18 a 29 años (10,7%), seguido por adolescentes y niños (6,9%).

Asimismo, la Encuesta Nacional de Hogares (ENAHO) (2017) reveló que el 59% de personas con discapacidad requieren ayuda externa para realizar sus actividades cotidianas, mientras que el 41% no necesita asistencia. Además, el 96% de los casos son atendidos por familiares. Estas condiciones generan desequilibrio emocional, mental y físico en los cuidadores, quienes deben organizarse para cubrir las necesidades especiales. La alta demanda física, psicológica y económica conlleva a un estado de estrés crónico, obligando a los padres a enfrentar preocupaciones constantes, angustia y conflictos en su vida diaria.

1.3.2. Formulación del problema de investigación

¿Cuál es la relación entre Estrés parental y Bienestar Psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana?

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo general

Analizar la relación entre Estrés parental y Bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

1.4.2 Objetivos específicos

Examinar la relación entre las dimensiones del estrés parental y el bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

Calcular la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el estrés parental en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

Establecer la relación entre las dimensiones del estrés parental y las dimensiones del bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

1.5 Hipótesis

1.5.1 Hipótesis general

Existe relación entre Estrés parental y Bienestar Psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

1.5.2 Hipótesis específicos

Existe relación entre las dimensiones del estrés parental y bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el estrés parental en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

Existe relación entre las dimensiones del estrés parental y las dimensiones del bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.

1.5.3. Variables de estudio

Variable N°1: Estrés Parental

El estrés en los padres es una manifestación psicológica que aparece cuando interpretan que las exigencias asociadas al rol de crianza exceden sus capacidades personales para manejarlas adecuadamente. Este tipo de estrés se relaciona tanto con los rasgos individuales del niño como con la destreza de los padres para reaccionar adecuadamente a dichas exigencias, lo que incluye su percepción de autoeficacia y su habilidad para regular sus emociones. A diferencia de otros tipos de estrés, está directamente ligado a las prácticas de crianza, y cuando alcanza niveles elevados puede dificultar la aptitud de los padres A fin de brindar el apoyo para el desarrollo integral de sus hijos (Coulacoglou & Saklofske, 2017).

Variable N°2: Bienestar psicológico

Se define como la apreciación positiva que una persona tiene de su vida y de su funcionamiento global, considerando su desarrollo pleno y no solo la falta de malestar emocional. Este constructo se sustenta en seis dimensiones fundamentales: la autoaceptación, las relaciones positivas con los demás, la autonomía, el dominio del entorno, el propósito en la vida y el crecimiento personal. Dichas dimensiones reflejan la capacidad de los individuos para mantener una valoración positiva de sí mismos, establecer vínculos significativos, tomar decisiones autónomas, manejar eficazmente su entorno, proyectar metas con sentido y continuar desarrollándose a lo largo de la vida. (Freire, et al., 2017).

1.5.4. Definición operacional de las variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable estrés parental

Variable	***Definición conceptual***	***Dimensiones***	***Definición operacional***	***Indicadores***	***Ítems***	***Instrumento***
Estrés parental	*Proceso mediante el cual del individuo experimenta las exigencias de ser padre por primera vez y determina que son demasiado para manejarlas. 1995 (Abidin).*	*Malestar paterno*	*Los conflictos en la pareja, los patrones parentales de educación, la ausencia de colaboración en las tareas de cuidado y el incumplimiento de las demandas básicas del menor. Por ello, un puntaje alto significa que los padres experimentan culpabilidad, falta de asertividad y autoridad sobre sus hijos.*	*Examina la carencia de acuerdos parentales en torno al manejo y formación de los hijos.*	***1, 2, 3, 4, 5, 6, 7***	*Cuestionario de Estrés Parental de Abidin/ versión peruana abreviada por Sánchez, 2015.*
		Interacción disfuncional padre- hijo	*Relaciones antagónicas a largo plazo entre padres e hijos, a menudo relacionadas con las perspectivas que tienen los padres sobre sus hijos.*	*Estima la relación conflictiva que surge entre el padre y el hijo.*	***8, 9, 10, 11, 12 13***	
		Niño difícil	*Estrés parental exacerbado por las propias características del niño, donde los padres a menudo perciben dificultad para regular el comportamiento de su hijo.*	*Evalúa el rango de mal comportamiento del niño, el cual los padres no pueden dominarlo.*	***14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24***	

Nota. Elaboración propia en base a los datos investigados

Tabla 2

Operacionalización de la variable bienestar psicológico

Variable	***Definición conceptual***	***Dimensiones***	***Definición operacional***	***Indicadores***	***Ítems***	***Instrumento***
Bienestar Psicológico	*Es el compromiso que un individuo asume en su desarrollo personal y en alcanzar su potencial, relacionado con la presencia de un propósito vital que aporte sentido a su existencia (Ryff, 1989).*	*Autoaceptación*	*Aceptarse y amarse a sí mismo, lidiando con virtudes y defectos que componen tu personalidad.*	*Estima cuánto se conoce la persona en cuanto a defectos y virtudes.*	***1, 7, 17, 24***	*Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al., (2006) y con la versión final de Álvarez (2019).*
		Relaciones positivas	*Capacidad para relacionarse con los demás de manera expresiva y sincera.*	*Evalúa la habilidad de utilizar la asertividad, empatía, cooperación y compromiso con los demás.*	***2, 8, 12, 22, 25***	
		Autonomía	*Actos internos y externos para asumir responsabilidades con el poder de pensar con libertad, sin exceder la integridad del tercero.*	*Evalúa la seguridad e independencia en sí mismo, además, la habilidad de resolver conflictos y la toma de buenas decisiones.*	***3, 4, 9, 13, 18, 23***	
		Dominio del	*Denota la habilidad para autorregular la propia existencia*	*Tiene como finalidad evaluar los entornos*	***5, 10, 14, 19,***	

entorno	*y crear entornos óptimos donde se desplaza el sujeto, además, genera beneficios como confianza, estabilidad en sí mismo.*	*favorables o desfavorables del individuo y cómo se desplaza en ello.*	***29,***
Crecimiento personal	*Es innato y requiere la autoconciencia de progresar en todas las etapas de la vida.*	*Su objetivo es el crecimiento o desarrollo del sujeto.*	***21, 26. 27, 28, 30***
Propósito de la vida	*Está relacionado con el concepto de "sentido", por ello, se evoca el planteamiento de objetivos, visiones, misiones y metas personales.*	*Mide el valor que le pone el individuo a la vida.*	***6, 11, 15, 16, 20***

Nota. Elaboración propia en base a los datos investigados.

CAPÍTULO II: MÉTODO

2.1. Tipo y diseño de investigación

Según Ato et al. (2013), el estudio desarrollado se ajusta a un diseño empírico-correlacional de tipo asociativo directo, cuyo propósito es examinar la vinculación entre dos factores observables, específicamente el estrés parental y su bienestar psicológico en padres de hijos con condiciones de discapacidad en Lima Sur Metropolitana. Este tipo de investigación se enmarca dentro de un enfoque cuantitativo, que se fundamenta en la obtención y el estudio de información cuantificable con el fin de establecer patrones y relaciones entre variables, empleando herramientas estadísticas que garantizan la objetividad y la replicabilidad (Hernández et al., 2021).

Asimismo, el enfoque seguido es empírico porque se sustenta en la observación directa y en la medición sistemática de los fenómenos en contextos reales, sin necesidad de partir de formulaciones teóricas abstractas (Sampieri et al., 2022). El diseño se considera correlacional, en tanto que no se manipulan intencionalmente las variables, sino que se busca identificar el grado y la dirección de la asociación entre ellas, sin establecer relaciones de causalidad (Bisquerra, 2014). Según Arias (2012), este tipo de diseño es adecuado cuando se pretende comprender cómo se relacionan dos o más variables en una población específica, sin intervenir sobre las condiciones que las determinan.

Además, esta investigación se ubica dentro de un diseño no experimental, ya que las características analizadas no fueron alteradas de forma intencional por quien

investiga, sino que se observaron tal como ocurren en su entorno natural (Hernández et al., 2021). Este tipo de estudio se basa en la recolección de datos sin intervención directa, lo cual permite explorar fenómenos sociales de manera contextualizada y ética, especialmente cuando se trata de poblaciones sensibles como lo son los padres de niños con discapacidad. Finalmente, el estudio tiene un corte transversal, puesto que la información se recopiló en un único punto temporal, lo que posibilita obtener una instantánea de la situación en estudio y facilita la comparación entre distintos grupos de acuerdo con un mismo periodo temporal (Creswell & Creswell, 2018).

2.2. Participantes

En esta investigación se dispuso la participación de padres y madres residentes en Lima Sur Metropolitana. Se aplicó un muestreo intencional no probabilístico, ya que la población objetivo es específica y de difícil acceso, por lo que resultaba más pertinente seleccionar a los participantes que cumplieran con las características establecidas para el estudio. De esta manera, se dio prioridad a la pertinencia de los casos sobre la representatividad estadística, reconociendo que este método restringe la posibilidad de extrapolar los resultados a otros contextos semejantes. Se realizó una participación fue completamente voluntaria. Los instrumentos fueron aplicados a padres con hijos que forman parte de instituciones de Educación Básica Especial, tanto del ámbito público como privado. El periodo de recolección de datos se extendió por aproximadamente un mes y medio. Tras un proceso de barrido exhaustivo lo que implica que se tomaron 32 participantes en el primer distrito, 36 en el segundo, 45 en el tercero y 87 en el cuarto distrito respetando su anonimato, en base a nuestro criterio de inclusión y exclusión logrando conformar una muestra compuesta por 200 padres y madres. Para registrar variables

sociodemográficas como la edad, el sexo y el estado civil, se utilizó una ficha diseñada específicamente, aplicada al inicio de los cuestionarios.

Por ello, en la tabla 3, se puede observar la muestra de este estudio, el cual fue constituida por el 86% (n=172) de género femenino, y el 14% (n = 28) masculino. Asimismo, las escalas de las edades fluctúan entre 20 hasta los 65 años, siendo el porcentaje de edad más elevado entre los 41-50 años con el 37.5% (n=75) y en segundo lugar, entre los 31-40 años con el 35.5% (n=71). Además, es posible afirmar que entre los encuestados el mayor porcentaje de ellos son convivientes con el 35.5% (n=71) y, en segundo lugar, se encuentra los casados con el 63% (n=31.5).

Tabla 3

Características sociodemográficas de padres de familia de hijos con condiciones de discapacidad en Lima Sur Metropolitana (n=200)

	F	%
Género		
Femenino	172	86.0
Masculino	28	14.0
Grupo de edad		
20 – 30	33	16.5
31 – 40	71	35.5
41 – 50	75	37.5
51 – 60	21	10.5
Estado Civil		
Soltero (a)	58	29.0
Casado (a)	63	31.5

Conviviente	71	35.5
Separado (a)	3	2.5
Viudo (a)	5	1.5
Total	200	100

Nota. Elaboración propia en base a los datos investigados.

2.2.1. Criterios de inclusión

- Padres de hijos con alguna condición de discapacidad.
- Padres que aceptaron participar en la muestra.
- Padres de hijos del nivel inicial y primario de los CEBES de Lima Sur Metropolitana.
- Padres que matricularon a su hijo a principios del año 2023.

2.2.2. Criterios de exclusión

- Padres de hijos sin discapacidad.
- Padres que no aceptaron participar por temas de tiempo.
- Padres que hayan trasladado a sus hijos a mitad de año en el colegio.

2.3. Medición

2.3.1. Ficha de datos sociodemográfico

Se utilizó el Cuestionario de Estrés Parental de Abidin/ versión peruana abreviada por Sánchez, 2015 y Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al., 2006, teniendo presente que cada escala a utilizar será confiable y válida. Asimismo, se solicitó el género, edad y estado civil. Posteriormente, con la información se obtendrán respuestas del problema de investigación y la hipótesis formulada.

2.3.2 Estrés parental

Cuestionario de Estrés Parental de Abidin. Esta prueba fue creada por Abidin en 1995, que valora las demandas del rol parental como superiores a los recursos disponibles para afrontarlas con sus hijos (Bravo, 2021).

Sánchez (2015) llevó a cabo la adaptación de una versión abreviada del cuestionario y validó su contenido mediante la evaluación de ocho especialistas en la materia. Estos expertos analizaron la pertinencia y claridad de cada ítem en función de las dimensiones propuestas. El estudio de validación se realizó con una muestra de 370 padres y madres con hijos de entre 0 y 3 años, pertenecientes a un nivel socioeconómico medio-alto de Lima Moderna, cuyas edades fluctuaban entre 20 y 50 años**.**

Los resultados indicaron que la mayoría de los ítems obtuvo un coeficiente V de Aiken igual o superior a ,88 ($p < ,05$). Sin embargo, los ítems 6, 7, 9, 10 y 17 no alcanzaron este umbral ($p > ,05$) y fueron descartados. También se eliminaron los ítems 1, 13, 16, 22, 23, 24 y 31 debido a problemas de carga factorial, ya sea por compartir peso en más de una dimensión o por presentar valores superiores a ,30. Finalmente, la versión ajustada del cuestionario quedó conformada por 24 ítems, organizados en tres dimensiones: Malestar Paterno (7 ítems), Interacción Disfuncional Padre-Hijo (6 ítems) y Niño Difícil (11 ítems).

En cuanto a la confiabilidad, los coeficientes de consistencia interna fueron satisfactorios, superando el mínimo de ,70. La dimensión Malestar Paterno alcanzó un alfa de ,84 con un error estándar de medición de 2,32; Interacción Disfuncional Padre-Hijo obtuvo ,77 con un error estándar de 1,28; y Niño Difícil registró ,87 con un

error estándar de 2,45. En conjunto, la escala total arrojó una consistencia interna de ,89 y un error estándar de 4,04.

Este cuestionario emplea una escala tipo Likert de cinco puntos, que va desde “Muy de acuerdo” (MA) hasta “Muy en desacuerdo” (MD). Adicionalmente, el ítem 20 evalúa la percepción de obediencia del hijo en una escala de 1 a 5, donde 1 representa “mucho más fácil de lo esperado” y 5, “más difícil de lo imaginado”. El ítem 21, por su parte, califica la frecuencia de actitudes observadas en el niño también en una escala de 1 a 5.

2.3.3 Bienestar psicológico

Escala de Bienestar Psicológico de RYFF. Esta escala fue creada por Ryff en 1989, Esta herramienta permite identificar si el individuo mantiene una buena relación consigo mismo y con su entorno, si tiene metas definidas, y si cuenta con la autonomía suficiente para tomar decisiones (Álvarez, 2019).

Posteriormente, según señala Pérez (2018), Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle y Van Dierendonck llevaron a cabo la adaptación de la escala al idioma español, con el propósito de que pudiera ser aplicada a jóvenes y adultos a partir de los 18 años, sin distinción de género. Más adelante, Álvarez en el 2019, presentó la versión final de esta adaptación, originalmente trabajada por Díaz y colaboradores.

La versión abreviada de este instrumento está compuesta por 30 ítems, organizados en seis dimensiones: autoaceptación (ítems 1, 7, 17, 19, 24), relaciones positivas (2, 8, 12, 22, 25), autonomía (3, 4, 9, 13, 18, 23), dominio del entorno (5, 10, 14, 19, 29), crecimiento personal (21, 26, 27, 28, 30), y propósito en la vida (6, 11, 15, 16, 20). La escala se responde mediante un formato tipo Likert de seis puntos, que va

desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 6 (totalmente de acuerdo). Su redacción fue diseñada con un lenguaje accesible para facilitar la comprensión de los ítems.

En cuanto a su calificación, es importante mencionar que los ítems 3, 4, 9, 19 y 27 se puntúan de forma inversa. Luego, se procede a sumar todas las respuestas y dividir el total por el número de ítems para obtener el puntaje final.

Para evaluar las propiedades psicométricas de la prueba, Álvarez (2019) la aplicó a una muestra de 397 personas residentes en Lima Metropolitana, con edades entre 18 y 72 años. La validez de contenido fue establecida mediante el juicio de once expertos, quienes analizaron cada ítem, permitiendo calcular el coeficiente V de Aiken, con un valor mínimo de referencia de ,70.

Del mismo modo, se recopilaron evidencias de validez estructural a través de un análisis factorial exploratorio, utilizando el método de mínimos cuadrados no ponderados (ULS), propuesto por Jöreskog (1977, citado en Álvarez, 2019). Para refinar el ajuste, se aplicó la rotación oblicua Promin (Lorenzo-Seva, 1999, citado en Álvarez, 2019). Los resultados indicaron que la prueba presentaba una estructura unidimensional.

En cuanto a la confiabilidad, se obtuvo un coeficiente omega de ,96, lo cual evidencia un alto nivel de precisión en las puntuaciones. También se estimó el error estándar de medición (EEM), con un valor de ,134, reflejando el margen de error asociado al puntaje observado (Álvarez, 2019).

2.4. Procedimiento

Para el desarrollo del estudio, se remitieron cartas de autorización dirigidas a las C.E.B.E.S correspondientes, solicitando apoyo para la realización de mi tesis. Una

vez obtenida la aprobación, se coordinó la asistencia presencial para aplicar los cuestionarios impresos los días acordados.

Siguiendo los lineamientos éticos relacionados con la privacidad, la confidencialidad de los datos y la participación voluntaria, los cuales están especificados en el instrumento aplicado, primero se brindó una explicación a los padres sobre las finalidades del estudio y las herramientas metodológicas empleadas, antes de consultarles si deseaban participar. El cuestionario fue diseñado para ser completado en un lapso de 10 a 15 minutos, destacando la importancia de la sinceridad y la paciencia al responder. Previo de aplicar los instrumentos, se proporcionó a los padres un formulario de consentimiento informado, se entregó a los padres un documento de consentimiento informado, asegurando el respeto por sus decisiones y la protección de los datos proporcionados.

Después de recopilar la información, se procedió a organizarla en un archivo de Excel y los valores cuantitativos fueron ingresados en un software estadístico, a fin de analizar las variables incluidas en la investigación.

2.5. Aspectos éticos

Conforme a los lineamientos señalados por el código de ética, la autora de este estudio garantizará la originalidad del trabajo, asegurando la ausencia de similitud en todo el proceso, conforme a los lineamientos del Código de Ética de la Universidad de San Martín de Porres, estos principios incluyen la protección de los participantes, la confidencialidad de la información, la integridad académica y el compromiso con la responsabilidad social. En ese sentido, se obtuvo el consentimiento informado de manera voluntaria, garantizando que la participación en el estudio fuera libre y consciente. Asimismo, se respetó el anonimato de los encuestados, dado que no se

solicitó información que permitiera su identificación, y se aseguró que los datos recolectados se utilizarán únicamente con fines académicos y no serán divulgados a terceros (Universidad de San Martín de Porres, 2015).

De esta manera, se garantizará un trabajo basado en la precisión, honestidad y transparencia en la labor científica, educativa y práctica. También se garantizará la protección de la dignidad, la confidencialidad y la libertad de decisión de los participantes, promoviendo una conducta ética y profesional en todo momento (APA, 2018). Asimismo, se cumplirá con los principios de confidencialidad, salvo en los casos estipulados por la ley, y se fomentarán relaciones profesionales basadas en el respeto mutuo, evitando cualquier acto que pueda afectar la reputación de la disciplina. Finalmente, se actuará con precisión y responsabilidad en la difusión de información, evitando la divulgación de datos erróneos o engañosos (Colegio de Psicólogos del Perú [CPSP], s.f.).

2.6. Análisis de datos

Para poder recoger los datos se hizo uso del programa MS Excel, de tal manera que posteriormente se agrupó por categorías, por medio de un software estadístico IBM SPSS Statistics versión 29.0.0.0. para que arroje las diversas respuestas obtenidas en los cuestionarios. Para ello, se efectuará el siguiente procedimiento:

Se utilizó un análisis de confiabilidad, el cual ha sido trabajado por medio de la aplicación estadística alfa de Cronbach en las dos variables con las que se está trabajando. Asimismo, gracias al autor Cicchetti (citado en Peña et al., 2017) es posible trabajar con ello a partir de 0.70 en adelante.

CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1. Análisis de confiabilidad

La Tabla 4 muestra que las variables correspondientes al análisis de confiabilidad del presente estudio, cuentan con valores considerados como aceptables. Es decir, el estadístico Alpha de Cronbach pasa el valor de 0.75.

Tabla 4

Valores de confiabilidad de los instrumentos

variables	α
Estrés Parental	.965
Bienestar Psicológico	.889

3.2. Análisis descriptivo

En la Tabla 5, se puede observar que para la primera variable estrés parental presenta una asimetría insignificante (g1= .539) y una mesocurtosis (g2= -.492). Asimismo, en la dimensión malestar paterno muestra una asimetría insignificante (g1=.471) y una mesocurtosis (g2= -.620), igualmente, para la dimensión Interacción disfuncional padre-hijo, tiene una asimetría insignificativa (g1= .579) y una mesocurtosis (g2= -.547), por último, para la dimensión niño difícil presenta una asimetría insignificante (g1=.687) y una mesocurtosis g2= -.192).

Por otro lado, para la segunda variable bienestar psicológico muestra una asimetría insignicante (g1= -.615) y una mesocurtosis (g2= .352), sin embargo, para la dimensión autoaceptación presenta una asimetría significante (g1= -1.156) y una

platicurtosis (g2= 1.742). Para la dimensión relaciones positivas se puede observar una asimetría insignificante (g1= -.032) y una mesocurtosis (g2= .824).

Asimismo, para la dimensión autonomía presenta una asimetría insignificante (g1= -.656) y una mesocurtosis (g2= .392), en la dimensión dominio del entorno se muestra una asimetría insignificante (g1= -.170) y una mesocurtosis (g2= -.202), igualmente, para la dimensión crecimiento personal se puede observar una asimetría insignifcante (g1= -.903) y una mesocurtosis (g2= .670), finalmente para la dimensión propósito de vida, presenta una asimentria insignificante (g1= -.715) y una mesocurtosis (g2= .622).

Tabla 5

Estadísticos descriptivos de las variables

Variables	M	Mdn	DE	g1	g2
Estrés Parental	63.80	60	28.67	.539	-.492
Malestar Paterno	19.71	19	8.93	.471	-.620
Interacción disfuncional padre-hijo	16.92	15.5	8.29	.579	-.547
Niño difícil	27.18	25	12.75	.687	-.192
Bienestar Psicológico	123.87	126	17.21	-.615	.352
Autoaceptación	18.31	19	3.87	-1.156	1.742
Relaciones Positivas	17.92	17	5.93	-.032	-.824
Autonomía	24.80	25	4.33	-.656	.392
Dominio del entorno	20.74	21	3.81	-.170	-.202
Crecimiento personal	19.66	20	2.99	-.903	.670
Propósito de vida	22.45	23	4.10	-.715	.622

Nota. M = media; Mdn = mediana; DE = desviación estándar; g1 = asimetría; g2 = curtosis.

En la Tabla 6, se puede observar que los valores de significancia son menores al 0.005 según el estadístico de normalidad de Kolmogorov Smirnov, lo cual indica que se utilizó una estadística no paramétrica de correlación, utilizando el estadístico RHO de Spearman.

Tabla 6

Prueba de normalidad

Kolmogorov-Smirnov	Estadístico	gl	sig
Estrés Parental	.105	200	.000
Malestar paterno	.086	200	.001
Interacción disfuncional entre padre-hijo	.094	200	.000
Niño difícil	.116	200	.000
Bienestar Psicológico	.103	200	.000
Autoaceptación	.133	200	.000
Relaciones positivas	.087	200	.001
Autonomía	.104	200	.000
Dominio del entorno	.088	200	.001
Crecimiento personal	.148	200	.000
Propósito de vida	.117	200	.000

Nota. Elaboración propia en base a los datos investigados.

3.3. Análisis inferencial

Objetivo General

En la presente Tabla 7, podemos observar el análisis de correlación de Spearman con el objetivo de examinar la relación entre estrés parental y bienestar psicológico. Los resultados mostraron que existe una correlación inversa de grado baja, pero estadísticamente significativa. El coeficiente rho fue -.184 y un nivel de significancia del 0,009 entre dichas variables.

Tabla 7

Análisis de correlación entre estrés parental y bienestar psicológico

		Bienestar Psicológico
Estrés parental	rho	-,184**
	Sig.	,009
	N	200

Nota. (**) = La correlación es signitivatica en el nivel 0.01

Objetivos Específicos

De acuerdo con los resultados presentados en la Tabla 8, se identificaron correlaciones inversas de baja magnitud entre las dimensiones del estrés parental y el bienestar psicológico, según el coeficiente de Spearman. En primer lugar, la dimensión Malestar paterno presentó una correlación inversa baja con el bienestar psicológico, con un valor de rho -,189 y un nivel de significancia de 0,007, lo que indica que mayores niveles de malestar se asocia con menor bienestar. De igual forma, la dimensión Interacciones disfuncionales entre padres e hijos mostró una correlación

negativa baja, con una rho de -,176 y un valor de p de 0,013. Finalmente, la dimensión Niño difícil evidenció también una relación inversa, con un valor de rho de -,159 y una significancia de 0,025. Estos hallazgos indican que, aunque las asociaciones son de baja intensidad, son estadísticamente significativas.

Tabla 8

Análisis de correlación entre las dimensiones del estrés parental y el bienestar psicológico

		Bienestar psicológico
Malestar paterno	rho	-,189**
	Sig.	,007
	N	200
Interacciones disfuncionales	rho	-,176*
entre padres e hijos	Sig.	,013
	N	200
Niño difícil	rho	-,159*
	Sig.	,025
	N	200

Nota. (**) = Correlaciones estadísticamente significativa en el nivel 0.01; (*) La correlación es significativa en el nivel 0,05

En la Tabla 9, se presentan las correlaciones entre las dimensiones del bienestar psicológico y el estrés parental, calculadas mediante el coeficiente Rho de Spearman. Se encontró que la dimensión Autoaceptación mostró una correlación negativa moderada, con un valor de rho de -,278 y un nivel de significancia de 0,000, indicando que, a mayor estrés parental, menor nivel de autoaceptación. Asimismo, la

dimensión Autonomía presentó una correlación negativa baja, con un rho de -,161 y una significancia de 0,023, evidenciando que un mayor estrés se relaciona con menores niveles de autonomía. Por otro lado, la dimensión Dominio del entorno reveló una correlación inversa de baja magnitud, con un rho de -,157 y un nivel de significancia de 0,026. Del mismo modo, la dimensión Propósito de vida presentó una correlación negativa de baja magnitud, con un valor de rho de -,187 y una significancia de 0,008.

En contraste, no se observaron correlaciones significativas entre el estrés parental y las dimensiones Relaciones positivas y Crecimiento personal, dado que sus niveles de significancia fueron de 0,842 y 0,065 respectivamente, superando el umbral establecido de 0.05

Tabla 09

Análisis de correlación entre la dimensión del bienestar psicológico y el estrés parental

		Estrés Parental
Autoaceptación	rho	-,278**
	Sig.	,000
	N	200
Relaciones positivas	rho	-,014
	Sig.	,842
	N	200
Autonomía	rho	-,161*
	Sig.	,023

	N	200
Dominio del entorno	rho	-,157*
	Sig.	,026
	N	200
Crecimiento personal	rho	-,131
	Sig.	,065
	N	200
Propósito de vida	rho	-,187**
	Sig.	,008
	N	200

Nota. (**) = Correlaciones estadísticamente significativa en el nivel 0.01; (*) = Correlaciones estadísticamente significativas en el nivel 0,05

En la Tabla 10, se analizaron correlaciones de Spearman entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del estrés parental. En general, los resultados indican asociaciones negativas de magnitud baja a moderada entre ambas variables.

La dimensión de malestar paterno presentó correlaciones negativas bajas con autonomía, con un coeficiente rho igual a -,182 y un valor de p igual a 0,010; con dominio del entorno, donde rho fue igual a -,151 y p igual a 0,033; y con propósito de vida, con un rho igual a -,192 y un valor de p igual a 0.006. Además, se observó una correlación negativa moderada con la dimensión de autoaceptación, cuyo valor de rho fue igual a -,278 y p de 0,000.

La interacción disfuncional padre-hijo también mostró correlaciones negativas bajas con autonomía, con un valor de rho igual a -,155 y p igual a 0,029; con dominio del entorno, donde rho fue igual a -,156 y p igual a 0,028; y con propósito de vida, con un rho igual a -,175 y p igual a 0,006. Asimismo, se evidenció una correlación negativa moderada con autoaceptación, cuyo valor fue igual a -,266 y un nivel de significancia 0,000.

En cuanto a la dimensión de niño difícil, se identificaron correlaciones negativas bajas con dominio del entorno, con un valor de rho igual a -,149 y p igual a 0,035; y con propósito de vida, donde rho fue igual a -,164 y p igual a 0,020. Se observó además una correlación negativa moderada con autoaceptación, con un valor de rho igual a -,250 y un nivel de significancia 0,000.

Por otro lado, las dimensiones de relaciones positivas y crecimiento personal no presentaron correlaciones significativas con ninguna de las dimensiones del estrés parental, lo que indica que estos aspectos del bienestar podrían mantenerse relativamente estables, aun frente a niveles elevados de estrés en la crianza.

Tabla 10

Análisis de correlación entre las dimensiones de estrés parental y las dimensiones de bienestar psicológico

	Malestar paterno		Interacción disfuncional padre-hijo		Niño difícil	
Autoaceptación	rho	-,278**	rho	-,266**	rho	-,250**
	Sig.	,000	Sig.	,000	Sig.	,000
	N	200	N	200	N	200

Relaciones Positivas	rho	,002	rho	,029	rho	,034
	Sig.	,000	Sig.	,685	Sig.	,634
	N	200	N	200	N	200
Autonomía	rho	-,182**	rho	-,155*	rho	-,136
	Sig.	,010	Sig.	,029	Sig.	,055
	N	200	N	200	N	200
Dominio del entorno	rho	-,151*	rho	-,156*	rho	-,149*
	Sig.	,033	Sig.	,028	Sig.	,035
	N	200	N	200	N	200
Crecimiento personal	rho	-,128	rho	-,132	rho	-,113
	Sig.	,070	Sig.	,063	Sig.	,112
	N	200	N	200	N	200
Propósito de vida	rho	-,192**	rho	-,175*	rho	-,164*
	Sig.	,006	Sig.	,000	Sig.	,020
	N	200	N	200	N	200

Nota. (**) = Correlaciones estadísticamente significativa en el nivel 0.01; (*) La correlación es significativa en el nivel 0,05

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN

Ser madre o padre conlleva múltiples demandas y responsabilidades que, en muchas ocasiones, pueden superar los recursos emocionales y personales disponibles, generando lo que se denomina estrés parental. Según Arotoma (2019), este tipo de estrés no se limita al agotamiento físico, sino que abarca una serie de tensiones crónicas asociadas al proceso de crianza, las cuales están condicionadas por factores psicosociales, tales como la falta de soporte, dificultades en la relación con los hijos o la sensación de no poder atender adecuadamente sus necesidades. Dichas tensiones tienen una repercusión evidente en el equilibrio emocional de quienes desempeñan labores de cuidado, lo cual, como indica Rosales (2018), tiene un efecto en cómo los padres interpretan, experimentan y responden a las situaciones, impactando también su habilidad para formar vínculos saludables tanto con su entorno como con sus hijos.

Esta situación se torna más desafiante cuando los progenitores tienen hijos con discapacidad, ya que esta condición implica características particulares que agudizan las emociones negativas, generan una sobrecarga física y emocional, y demandan ajustes permanentes dentro del núcleo familiar. Según la Ley General de la Persona con Discapacidad (Ley N.º 29973), modificada en 2023, se entiende a una persona con discapacidad a aquel individuo que manifiesta una o más alteraciones de índole física, cognitiva, sensorial o intelectual, de duración prolongada, y que, al enfrentarse a las barreras del contexto social o ambiental, ve restringida su inclusión o desempeño cotidiano. Díaz (2020) coincide al indicar que estos cuidadores, al enfrentar exigencias superiores a las habituales, pueden ver reducida su capacidad de afrontamiento, lo que repercute en la manera que se construyen los vínculos familiares y en la

percepción general de bienestar. Desde este marco conceptual, se analizan a continuación los hallazgos de la presente investigación, los cuales permiten entender cómo el estrés parental repercute en la estabilidad afectiva de los cuidadores, y de qué manera variables como la discapacidad y las dinámicas de crianza median esta relación.

Este trabajo tuvo como finalidad analizar la relación entre el estrés parental y el bienestar psicológico. Además, se abordaron los objetivos específicos del estudio. En cuanto a los resultados obtenidos, participaron 200 padres de hijos con discapacidad residentes en Lima Sur Metropolitana, cuyas edades oscilaron entre los 20 y 60 años, incluyendo tanto a hombres como mujeres.

El objetivo general de esta investigación es la relación entre estrés parental y bienestar psicológico. Se halló una correlación negativa y estadísticamente significativa ($r = -,184$; $p = 0,009$), lo cual indica que un aumento en los niveles de estrés parental se asocia con una disminución en el bienestar psicológico, lo que refleja que los progenitores tienden a sentirse sobrecargados frente a las responsabilidades asociadas a la crianza, lo que también incide en bienestar de sus hijos. Este hallazgo coincide con lo planteado por Abidin (1995, como se citó en Sánchez, 2015), quien señala que las demandas continuas del proceso de cuidado, junto con el desgaste emocional derivado de acompañar a un menor con discapacidad, pueden incidir negativamente en el bienestar mental de los padres.

No obstante, la magnitud de la correlación fue baja, lo que indica que, si bien se observó una conexión entre ambas dimensiones, dicho nexo no es de gran magnitud. Una posible explicación se encuentra en las condiciones específicas del grupo evaluado, conformado por padres de niños matriculados en Centros de

Educación Básica Especial (CEBES), donde suelen recibir orientación, acompañamiento psicológico y apoyo educativo. Estos recursos pueden contribuir al fortalecimiento de sus estrategias de afrontamiento, amortiguando la repercusión que tiene el estrés en su salud psicológica.

En concordancia con lo anterior, Ramos (2022) encontró que los padres de niños con discapacidad que asisten a CEBEs desarrollan diversas estrategias de afrontamiento frente al estrés, las cuales varían según el tipo de discapacidad y las condiciones del entorno familiar. Estos datos sugieren que el acompañamiento institucional y las redes de apoyo podrían actuar como factores moduladores del vínculo entre el estrés parental y el bienestar psicológico.

Asimismo, la variabilidad en el tipo y grado de discapacidad de los hijos podría haber influido en los resultados, ya que, las exigencias y niveles de estrés pueden diferir significativamente según el diagnóstico, la autonomía del menor y la posibilidad de contar con redes se soporte. Dentro de este contexto, López y Ushiñahua (2022) identificaron que los cuidadores de menores con trastorno del espectro autista presentan mayores niveles de estrés ante la falta de apoyo social, mientras que quienes cuentan con soporte familiar o institucional experimentan menor deterioro emocional.

Otro factor a considerar es el instrumento empleado, ya que, aunque válido y confiable, puede no reflejar con precisión las vivencias particulares de los progenitores de hijos con discapacidad en el entorno sociocultural del Perú. Rodríguez, et al. (2024) evidencian que la pertenencia a grupos de apoyo ofrece a los padres un espacio de aprendizaje, integración y empoderamiento, donde pueden compartir experiencias y disminuir la sensación de sobrecarga. Este tipo de apoyo no siempre se capta

completamente mediante cuestionarios estandarizados, lo que podría haber influido en la magnitud de la correlación observada.

De igual modo, los factores culturales pueden haber desempeñado un papel importante. En contextos latinoamericanos, es frecuente que los padres asuman la labor de educar y cuidar a un hijo con discapacidad como un deber moral y una muestra de amor incondicional, interpretando el sacrificio como parte natural del rol parental. Esto puede llevarlos a minimizar la percepción del estrés o a reinterpretarlo de forma positiva. Ángeles y Fernández (2024) señalan que, aunque los padres de niños con discapacidad presentan mayores niveles de estrés que aquellos con hijos sin dicha condición, muchos desarrollan mecanismos de resiliencia y afrontamiento que les permiten mantener cierto grado de bienestar emocional.

De esta manera, aunque el estrés parental influye negativamente en el bienestar psicológico, la relación no es completamente directa ni uniforme. Variables tales como el acompañamiento por parte de instituciones, el soporte social, el tipo de discapacidad, los mecanismos de afrontamiento y las creencias culturales actúan como elementos protectores capaces de reducir las consecuencias del estrés.

En este sentido, estos resultados coinciden con la investigación de Kusen (2023), titulada Influencia del estrés parental en el bienestar psicológico en padres de familia con hijos con altas capacidades intelectuales en contexto de pandemia. El estudio reveló que una elevada sobrecarga en las funciones parentales incide desfavorablemente en el equilibrio emocional de los cuidadores incluidos en la muestra analizada en Lima Metropolitana. Aunque la muestra fue distinta, los resultados apuntan a que el estrés elevado puede afectar factores clave del bienestar psicológico como la percepción de sí mismos y el sentido de propósito vital.

Asimismo, este resultado coincide con la investigación de Rusu et al. (2025) realizó una revisión sistemática de tipo meta-análisis, que examinó la asociación entre el estrés parental y el bienestar psicológico. Los resultados indicaron una correlación negativa significativa entre ambas variables. La diferencia en la fuerza de las correlaciones sugiere que, si bien existe un patrón consistente de vínculo negativo, el impacto del estrés parental sobre el bienestar puede variar según el contexto, la diversidad de muestras o el enfoque metodológico utilizado en cada estudio.

Según Niño y Peña (2019), cuando los progenitores presentan un reducido estado de bienestar psicológico, esto repercute significativamente en la forma en que interpretan, experimentan emociones y se comportan, lo cual afecta también las relaciones sociales y familiares. Este planteamiento es clave para entender que el bienestar psicológico no solo representa un estado anímico, sino una herramienta vital para afrontar los desafíos cotidianos, algo que Rebaza (2021) refuerza al destacar la importancia de una vida mental equilibrada, funcional y resiliente, que permita a los padres desarrollarse productivamente y contribuir a sus entornos de manera positiva.

En ese mismo sentido, Arroyo y Ramos (2021) sostienen que cuando los padres carecen de recursos personales, emocionales o contextuales para afrontar sus responsabilidades, el estrés parental se incrementa y, como consecuencia, se deteriora la relación entre progenitores y sus hijos, afectando también la salud mental de los cuidadores. Barragán (2023) complementa esta visión señalando que las variables de índole psicológica tales como los estados ansiosos, depresivos o el apoyo social deficiente afectan profundamente la autopercepción de los padres y sus expectativas hacia sus hijos. Esta visión integral del estrés parental como fenómeno multifactorial respalda la necesidad de estudiar su impacto directo sobre el bienestar

psicológico, entendida de manera integral, considerando las capacidades internas y apoyos externos disponibles para que los padres enfrenten los retos propios de la crianza.

En el objetivo específico 1, se evidenció una correlación inversa, de baja magnitud y estadísticamente significativa, entre las dimensiones del estrés parental y el bienestar psicológico de los participantes. Estos datos sugieren que, a mayor presencia de estrés en las distintas esferas del rol parental, menor será el nivel de bienestar emocional, cognitivo y social percibido por los padres o cuidadores.

Este hallazgo es consistente con el estudio realizado por Chipana (2024), en el que se exploró el vínculo entre la resiliencia y el bienestar psicológico en cuidadores de niños con discapacidad que asisten a un CEBE ubicado en Ancón, Lima. Aunque no se encontró una correlación estadísticamente significativa, se observó una inclinación negativa, se infiere que la resiliencia elevada no garantiza una mejora en el estado psicológico de la persona. Los puntajes más bajos se evidenciaron en áreas relacionadas con la autoaceptación, la capacidad para manejar el entorno y establecer vínculos positivos, lo que indica un impacto en la vivencia subjetiva del bienestar, incluso contando con ciertos recursos personales.

Tanto en el presente estudio como en el de Chipana, se identifican factores comunes que podrían explicar estos niveles reducidos de bienestar psicológico: las exigencias continuas del cuidado, la escasez de redes de apoyo institucionales y comunitarias, el estigma social, y las barreras económicas que enfrentan las familias. Además, el entorno urbano con limitaciones socioestructurales en el que se desarrollaron ambas investigaciones evidencia el impacto considerable que ejercen las condiciones sociales y del contexto en la estabilidad emocional de quienes ejercen

la labor de cuidadores. En su conjunto, se hace evidente la necesidad de formular propuestas de intervención preventivas y programas psicoeducativos que no solo atiendan el estrés derivado de la crianza, sino que también favorezcan el desarrollo del bienestar psicológico desde una perspectiva holística (Martínez & Nevares, 2018).

Asimismo, los hallazgos son consistentes con la literatura previa, la cual sostiene que mayores niveles de estrés parental tienden a comprometer el bienestar psicológico de los cuidadores, afectando su salud emocional, su autoeficacia y sus relaciones interpersonales. Las correlaciones bajas pero significativas pueden explicarse por la multifactorialidad del bienestar psicológico, que está influido no solo por el estrés parental, sino también por factores del entorno y características individuales, tales como la red de apoyo social, los mecanismos utilizados para enfrentar situaciones difíciles y las capacidades psicológicas propias de cada persona (Abidin, 1995, citado en Sánchez, 2015).

Vásquez (2018) señala que la percepción del involucramiento de la pareja en la crianza, así como el nivel de conexión conyugal, tienen un impacto inmediato en la manera en que los progenitores enfrentan y responden a las exigencias del cuidado de sus hijos. Cuando las circunstancias no son favorables, se incrementa la insatisfacción respecto al rol parental, lo que en el agotamiento emocional. Carrillo (2021) coincide que las familias donde ambos padres están involucrados de manera activa en la crianza suelen experimentar niveles menores de estrés, debido a la distribución compartida de responsabilidades y al fortalecimiento de la relación padre-hijo desde una perspectiva conjunta, lo que contribuye a un ambiente familiar y emocional más saludable.

Asimismo, Sánchez (2015) destaca que ciertos rasgos personales en los cuidadores, como una limitada capacidad para manejar la frustración o los niveles elevados de culpa, también son determinantes en la generación del estrés parental, lo cual a su vez disminuye la calidad de sus relaciones sociales y genera dificultades emocionales. Por su parte, Caccia et al. (2023) subrayan que las expectativas que los padres tienen sobre sí mismos y sobre sus hijos pueden generar tensiones cuando no se cumplen, afectando negativamente la autoimagen parental y su bienestar psicológico. En suma, estas diversas fuentes de estrés, tanto internas como externas, afectan la manera en que los padres se vinculan con su entorno y afrontan su rol, deteriorando progresivamente su bienestar emocional y social.

El objetivo específico 2, se evidenció una correlación negativa, de baja a moderada magnitud y estadísticamente significativa, entre las dimensiones del bienestar psicológico y el estrés parental en padres de hijos con condición de discapacidad. Específicamente, los niveles más altos de estrés parental se relacionaron con una disminución en la autoaceptación, la autonomía, el dominio del entorno y el propósito de vida. Los hallazgos indican que niveles elevados de estrés derivado de las demandas de crianza afecta negativamente la forma en que los cuidadores se perciben a sí mismos, habilidad para tomar determinaciones con independencia, su percepción de dominio del entorno y la comprensión definida de sus propósitos y metas personales.

Además, este resultado coincide con la investigación de Staunton et al. (2023), quienes demostraron que el estrés acumulado en contextos de alta exigencia cuando se trata de progenitores de niños con discapacidad, repercute directamente en áreas fundamentales del funcionamiento psicológico, especialmente en la percepción de control personal, la satisfacción con la vida y el sentido existencial. Los autores resaltan que el estrés crónico en cuidadores suele generar desgaste emocional sostenido, lo cual interfiere con la capacidad de experimentar bienestar, reduciendo su resiliencia y su percepción de eficacia en la crianza. Esta explicación permite comprender por qué dimensiones como la autoaceptación o el propósito de vida se ven especialmente afectadas ante niveles elevados de estrés.

Asimismo, estos hallazgos son consistentes con el estudio realizado por Jenaro et al. (2020), quienes identificaron una correlación negativa de carácter moderado entre el estrés parental y dimensiones específicas del bienestar psicológico en cuidadores de personas con discapacidad. En su investigación, se evidenció que, a mayores niveles de estrés, disminuye la percepción de competencia personal, autonomía y sentido de propósito. Ambos estudios reflejan cómo el estrés sostenido en el rol de cuidado compromete funciones psicológicas claves, afectando la capacidad de los progenitores para decidir de manera autónoma, mantener un sentido de eficacia personal y experimentar claridad respecto a sus metas vitales. Esta consistencia en los resultados refuerza la comprensión de que el estrés parental influye de manera diferenciada en los componentes del bienestar psicológico, siendo algunas dimensiones más vulnerables que otras ante las exigencias del contexto de crianza.

Por otro lado, el hecho de que no se hayan encontrado correlaciones significativas con las dimensiones de relaciones positivas y crecimiento personal en la presente investigación, puede explicarse a partir de factores contextuales que amortiguan el efecto del estrés, como el soporte familiar, la red de apoyo o experiencias de aprendizaje que promueven el desarrollo personal (Briceño, 2019).

Los cuidadores de hijos con alguna discapacidad a la larga pueden llegar al estrés parental que presenta características particulares que pueden comprometer gravemente su bienestar psicológico. Campo et al. (2023) evidencian que este tipo de padres tienden a experimentar estados emocionales más intensos y prolongados, como tristeza, angustia o desesperanza, los cuales se agravan según el nivel o tipo de discapacidad del menor. Esta carga emocional constante reduce la eficiencia de autoaceptación y autonomía de los padres, ya que se ven limitados por una serie de exigencias continuas que no siempre pueden controlar. Briceño (2019) señala que el estrés en estos casos no solamente afecta en la salud mental del cuidador, también genera conflictos dentro del sistema familiar y de pareja, lo que contribuye a la desintegración emocional del hogar.

Por otro lado, Harvey et al. (2021) enfatizan que el bienestar de estos padres está condicionado por sus estilos de afrontamiento y los recursos sociales y emocionales con los que cuentan para manejar situaciones de alta demanda. La falta de apoyo social o de estrategias adecuadas de afrontamiento puede conducir a un deterioro significativo de su bienestar psicológico.

Canchari (2019) complementa este enfoque resaltando que la adaptación al sistema de cuidado de un hijo con discapacidad es sumamente compleja y exige esfuerzos cognitivos y conductuales sostenidos, cuya falta puede llevar a un desequilibrio emocional significativo.

De esta manera, Enrique (2020) aporta una visión indicando que una actitud optimista puede servir como un recurso eficaz para disminuir el estrés, es decir, ayuda a los padres a enfrentar desafíos diarios con mayor resiliencia y comprometerse más activamente con el objetivo de lograr metas vinculadas al bienestar de sus hijos. Además, prácticas como la atención plena o mindfulness ayudan a las personas a enfocarse en el momento presente, lo que favorece la reducción de niveles de ansiedad. Además, el apoyo social cumple un papel esencial, pues disponer de redes cercanas y comprensivas actúa como una protección emocional frente a situaciones estresantes, fortaleciendo así la salud mental general.

En el objetivo específico 3, se evidenció una correlación negativa baja a moderada y estadísticamente significativa entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del estrés parental. Específicamente, el malestar paterno, la interacción disfuncional padre-hijo y niño difícil se relacionan con menores niveles de autoaceptación, autonomía, dominio del entorno y propósito de vida.

Estos resultados coinciden en la investigación de López y Ushiñahua (2022), reportaron una correlación negativa significativa entre el estrés parental y dimensiones clave del bienestar psicológico en cuidadores de hijos con trastorno del espectro autista. En su estudio, observaron que un mayor malestar emocional en los progenitores se asociaba significativamente con niveles más bajos de autoaceptación y sentido de propósito, relación que fue de magnitud moderada, lo que está

estrechamente vinculado con los resultados de este estudio. Además, en su análisis correlacional, los autores encontraron asociaciones negativas bajas entre las interacciones familiares disfuncionales y la capacidad percibida de manejar el entorno, así como con la autonomía, lo que también coincide con lo encontrado en esta tesis. Asimismo, los hallazgos sugieren que el incremento del estrés parental tiende a erosionar la capacidad de los cuidadores para actuar con independencia, manejar de forma eficaz su contexto cotidiano y mantener un sentido de dirección vital, como también lo reflejan los resultados de dichos autores, quienes reportaron que las demandas emocionales derivadas de la atención de un hijo con discapacidad limitan la percepción de control personal y autonomía.

En línea con ello, se plantea que, conforme se incrementan los niveles de malestar, las interacciones disfuncionales o los requerimientos asociados al comportamiento del niño, los progenitores experimentan una menor aceptación de sí mismos, afectando así su bienestar integral. Esta relación resalta la sensibilidad de la autoaceptación frente a las presiones del rol parental en contextos de discapacidad (Bravo, 2021).

Por otro lado, se evidencia una correlación no significativa entre las dimensiones de relaciones positivas y crecimiento personal del bienestar psicológico con las dimensiones del estrés parental, lo que sugiere que estos aspectos podrían mantenerse relativamente estables, incluso en contextos de alta demanda como del acompañamiento a un hijo con alguna condición de discapacidad. Esta interpretación encuentra sustento en la investigación de Achata (2019), quien identificó que el malestar parental no se relaciona significativamente con la resiliencia en madres de hijos con necesidades especiales. Dado que la resiliencia está fuertemente

relacionada con la habilidad para sostener vínculos interpersonales positivos y una percepción de desarrollo personal, estos hallazgos sugieren que la presencia de recursos psicológicos protectores podría amortiguar los efectos del estrés sobre estas dimensiones del bienestar. En consecuencia, tanto el crecimiento personal como las relaciones positivas podrían ser más resistentes al impacto del estrés parental, funcionando como factores de estabilidad emocional frente a las exigencias del rol de cuidado.

Las interacciones entre padres e hijos son esenciales para comprender cómo estas relaciones pueden ser una fuente significativa de estrés parental. En este contexto, Pérez (2018) señala que las dificultades conductuales de los hijos, como problemas de comportamiento, hiperactividad o dependencia excesiva, pueden afectar de forma directa cómo los cuidadores perciben su destreza educativa, generando un sentimiento de insuficiencia o fracaso. Esto no solo deteriora la relación con los hijos, sino que también incrementa la el equilibrio anímico y disminuye la estabilidad psíquica del cuidador. En esa misma línea, Caccia et al. (2023) destacan que las expectativas no realistas acerca de la conducta de los hijos y del ejercicio del rol como padres podrían intensificar la frustración de los padres cuando no se alcanzan los resultados deseados, reforzando patrones de interacción disfuncionales.

Salazar (2020) también sostiene que la falta de acuerdo entre los progenitores respecto a las estrategias de crianza provoca una desorganización en la dinámica familiar, lo que incrementa el estrés y debilita la autoridad parental, generando un ambiente propenso al conflicto. Sánchez (2015) complementa esta idea señalando que la baja asertividad y los altos niveles de culpa de los padres dificultan una

comunicación efectiva y una disciplina coherente, favoreciendo comportamientos problemáticos en los hijos. Finalmente, Arango, et al. (2024) aporta que los rasgos temperamentales de los niños con discapacidad pueden influir aún más en las interacciones familiares, volviéndose más tensas y desafiantes, y provocando una mayor vulnerabilidad emocional en los padres. Estas interacciones negativas y persistentes, cuando no se gestionan adecuadamente, conducen a un desgaste psicológico progresivo que repercute en la condición del cuidador y en la dinámica general del núcleo familiar.

En relación con las limitaciones detectadas en el análisis bibliográfico, fue difícil elegir las fuentes que mejor respondieron a las preguntas de la investigación porque había mucha información sobre los temas de estrés y bienestar psicológico, pero había poca reflexión sobre la realidad de los progenitores que crían hijos con discapacidades. Con pruebas que evalúen específicamente el estrés parental y el bienestar psicológico en padres que experimentan las discapacidades de sus hijos.

CONCLUSIONES

En el objetivo general, se evidenció una correlación negativa y significativa entre estrés parental y bienestar psicológico (rho= -,184).

En el objetivo específico 1, se evidenció una correlación inversa entre el bienestar psicológico y las dimensiones del estrés parental. El malestar paterno (rho = -,189), las interacciones disfuncionales padre-hijo (rho = -,176) y la percepción del niño difícil (rho = -,159) se asociaron con un menor bienestar.

En el objetivo específico 2, se evidenció correlaciones negativas entre el estrés parental y varias dimensiones del bienestar psicológico. La autoaceptación mostró una correlación moderada (rho = -.278), mientras que la autonomía (rho = -.161), el dominio del entorno (rho = -.157) y el propósito de vida (rho = -.187) presentaron correlaciones inversas de baja magnitud. No se encontraron asociaciones significativas con relaciones positivas (p = 0.842) ni crecimiento personal (p = 0.065).

En el objetivo específico 3, se evidenció correlaciones negativas de baja a moderada entre las dimensiones del estrés parental y las del bienestar psicológico. La dimensión malestar paterno presentó correlaciones con autoaceptación (rho = -.278), autonomía (rho = -.182), dominio del entorno (rho = -.151) y propósito de vida (rho = -.192). Las interacciones disfuncionales padre-hijo se asociaron con autoaceptación (rho = -.266), autonomía (rho = -.155), dominio del entorno (rho = -.156) y propósito de vida (rho = -.17). Finalmente, la dimensión niño difícil mostró correlaciones con autoaceptación (rho = -.250), dominio del entorno (rho = -.149) y propósito de vida (rho = -.164). No se encontraron asociaciones significativas con las dimensiones de relaciones positivas ni crecimiento personal.

RECOMENDACIONES

Desarrollar programas integrales para padres de niños con discapacidad, enfocados en el fortalecimiento de la autoaceptación, la regulación emocional y el afrontamiento del estrés, considerando que un mayor estrés parental se asocia con menor bienestar psicológico. Estas acciones pueden ser impulsadas por las municipalidades a través de sus áreas de Desarrollo Social y salud mental comunitaria.

Implementar talleres de crianza positiva y habilidades de interacción emocional, dado que las interacciones disfuncionales se relacionaron con menor autoaceptación y autonomía. Estos talleres deben promover la comunicación empática, la comprensión y el respeto mutuo.

Promover espacios de psicoeducación familiar en los CEBE, que orienten sobre desarrollo infantil, estilos parentales y manejo realista de expectativas frente a la discapacidad. Ello contribuirá a reducir el malestar parental y fortalecer el dominio del entorno.

Fomentar redes comunitarias de soporte y acompañamiento emocional, para disminuir el aislamiento y reforzar el propósito de vida de los padres. Estas redes pueden articularse entre las municipalidades y los Centros de Salud Mental Comunitaria.

Brindar intervenciones psicológicas especializadas, centradas en el manejo del estrés y el fortalecimiento del bienestar psicológico, coordinadas entre los Centros de Salud Mental Comunitaria y las instituciones educativas especiales (CEBE).

REFERENCIAS

Achata, Y. (2019). *Estrés parental y resiliencia en madres con hijos discapacitados de centros educativos básica especial del distrito de Ventanilla, 2018*. [Tesis de licenciatura, Universidad Alas Peruanas]. Repositorio UAP. https://hdl.handle.net/20.500.12990/8574

Álvarez, N. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de bienestar psicológico*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio ULIMA. *https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10604/Alvarez_Propiedades_psicom%c3%a9tricas.pdf?sequence=1&isAllowed=y*

American Psychological Association. (2023). Stress in America. *The state of our nation.* https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2023/collective-trauma-recovery

Ángeles & Fernández (2024). Estrés parental en padres de niños con y sin trastornos del espectro autista. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 7(17). https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/160

Arango, P., Tenorio, M., & Aparicio, A. (2024). Salud mental de padres de niños y adolescentes con discapacidad intelectual: caracterización, relación con la crianza y los comportamientos y la salud mental de sus hijas e hijos. *Psykhe*, 33(2), 1-15. https://doi.org/10.7764/psykhe.33.2.86342redae.uc.cl

Arias, F. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica (6.ª ed.).* Editorial Episteme. https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2019/02/El-proyecto-de-investigaci%C3%B3n-F.G.-Arias-2012-pdf-1.pdf

Arotoma, C. (2019). *Estrés parental en madres de niños usuarios del servicio control de crecimiento y desarrollo en el Centro de Salud Chilca-Huancayo.* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio UC https://core.ac.uk/download/pdf/266975326.pdf

Arroyo, K. & Ramos, Z. (2021). Influencia del estrés parental sobre los estilos de crianza en padres de familia de Lima- Perú. [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio USIL https://repositorio.usil.edu.pe/entities/publication/e2ee1585-706d-48d8-a7ab-0e037f513099

Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038–1059. https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511

Barragán. A. (2023). Bienestar, salud mental óptima y florecimiento: esclareciendo y diferenciando conceptos complejos. *Revista Liberabit*, 29(2). http://dx.doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n2.680

Bisquerra, R. (2014). Metodología de la investigación educativa (2.ª ed.). Madrid: La Muralla.

Bravo, M. (2021). *Estrés parental y psicoeducación en padres de niños con el Trastorno del espectro autista*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio ULIMA https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13817/Bravo_Estr%C3%A9s_Parental.pdf?sequence=6&isAllowed=y

Briceño, R. (2019). *Estrés parental y adaptabilidad familiar en padres de hijos con necesidades especiales de una escuela especial de Babahoyo, Ecuador, 2018.* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de la Unión]. Repositorio UPEU https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/33513a8a-cde5-4dbf-98a4-82b4c11e2556/content

Caccia, P., Opazo, A., Benitez, G., Ducasse, A., Morales, L., Serodio, M. & Simaes, A. (2023). Estrés Parental y Tipo de Estimulación en el Hogar de Niños y Niñas en contexto COVID-19. *Psykhe (Santiago),* 23 (1). https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282023000100110

Campo, A., Amador, R., Alonso, R. & Ballester, I. (2023). Estrés en madres de recién nacidos ingresados en unidad de cuidados intensivos. *Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología,* 44 (2). https://revginecobstetricia.sld.cu/index.php/gin/article/view/180

Canchari, Y. (2019). *Bienestar psicológico, una revisión teórica del concepto*. [Tesis de bachiller, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio USS https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6641/Canchari%20Flores%2c%20Yanet.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Casado, F., Martínez, M., Criado, J. & Martínez, A. (2023). Análisis del impacto emocional en familias con hijos/as con un diagnóstico de discapacidad. Revista Española de discapacidad, 2(11) https://www.cedid.es/redis/index.php/redis/article/view/956

Chipana, (2024). *Resilencia y binestar psicologico en padre de personas con discapacidad de un centro educactivo básico especial de Ancon*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/39539/Chipana%20Cuadros%E2%80%8B%20Nikol.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Colegio de Psicólogos del Perú. (s.f.). *Código de Ética y Deontología.* https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/CPsP_CDN_codigo_de_etica_y_deontologia.pdf

Congreso de la República del Perú. (2012*). Ley N.º 29973: Ley General de la Persona con Discapacidad.* Diario Oficial El Peruano. https://www.gob.pe/institucion/conadis/informes-publicaciones/223512-ley-general-de-la-persona-con-discapacidad-y-su-reglamento

Consejo Nacional para la Integración de la Persona con Discapacidad. (febrero, 2025). *Discapacidad en el Perú.* https://observatorio.conadisperu.gob.pe/

Copera Infancia Perú (2024, abril 5). *ECIC 2024: La soledad y el estrés parental impactan el bienestar familiar y el desarrollo infantil en Perú.* https://coperainfanciaperu.com/es/ecic-2024-la-soledad-y-el-estres-parental-impactan-el-bienestar-familiar-y-el-desarrollo-infantil-en-peru/

Coulacoglou, C. & Saklofske, D. (2017). Estrés parental y depresión materna. *Psicometría y Evaluación Psicológica*. https://www-sciencedirect-com.translate.goog/topics/neuroscience/parentalstress?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=wa

Creswell, J. & Creswell, J. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (5th ed.).* SAGE Publications.https://spada.uns.ac.id/pluginfile.php/510378/mod_resource/content/1/creswell.pdf

Díaz, A. (2020). *Estrés en padres con hijos que presentan discapacidad.* [Tesis de bachiller, Universidad Católica Santo]. Repositorio USAT. https://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3135

Dioses, J. (2017*). Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres de estudiantes de 3 años en la red 16- UGEL 03- San Miguel*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/14853/Dioses_RJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Domínguez, R. & Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra,* 21 (96), pp. 660-679. https://www.redalyc.org/pdf/1995/199551160035.pdf

Enrique, N. (2020). Percepción de soporte social en padres y madres con hijos e hijas con discapacidad en una institución educativa regular. [Tesis de licenciatura, Universidad Antonio Ruiz de Montoya]. Repositorio UARM https://repositorio.uarm.edu.pe/items/b24126c0-8b05-4dcc-91c8-478f12281c01

Florencia, M. (2024, 11 de diciembre). La preocupación por la salud mental aumenta en América Latina, *Statista*. https://es.statista.com/grafico/28403/evolucion-del-porcentaje-de-personas-que-consideran-la-salud-mental-como-un-problema-principal-de-salud/

Freire, C., Ferradás, M., Núñez, J. & Valle, A. (2017). Estructura factorial de las Escalas de Bienestar Psicológico de Ryff en estudiantes universitarios. *European Journal of Education and Psychology*, 10(1), 1-8. https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2016.10.00

García, C. (2010). El bienestar psicológico: Dimensión subjetiva de la calidad de vida. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 8(2). https://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/19260

García, J. (2014). Psicología positiva, Bienestar y Calidad de vida. *En claves del pensamiento.* 16 (5), pp. 13 - 29. https://www.scielo.org.mx/pdf/enclav/v8n16/1870-879X-enclav-8-16-00013.pdf

García, J. (2015). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer y segundo semestre académico.* [Tesis de licenciatura, Universidad de Antioquia]. Repositorio UDEA https://bibliotecadigital.udea.edu.co/server/api/core/bitstreams/fa758a0c-c55f-417d-b502-c91ada162ee3/content

Harvey, J., Obando, L., Hernández, K. & De la Cruz, E. (2021). Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. *Revista universidad y salud*. 3 (23). https://doi.org/10.22267/rus.212303.234

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2021). *Metodología de la investigación (7.ª ed.).* McGraw-Hill. https://www.uv.mx/personal/cbustamante/files/2011/06/metodologia-de-la-investigaci%C3%83%C2%B3n_sampieri.pdf

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (octubre, 2017). *Perfil sociodemográfico de la población con discapacidad,* https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1675/libro.pdf

Kusen, N. (2024). *Influencia del estrés parental en el bienestar psicológico en padres de familia con hijos con altas capacidades intelectuales en contexto de pandemia en Lima Metropolitana, 2022*. [Tesis de licenciatura, Universidad Científica del Sur]. Repositorio UCSUR. https://repositorio.cientifica.edu.pe/handle/20.500.12805/3533

León, A., Núñez, D. & Meléndez, C. (2023). Estrés en padres de niños con tea en tiempos de pandemia: un estudio de revisión. *Revista Conrado*, 9(1). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442023000200406

López, A. & Ushiñahua, L. (2022). *Estrés parental y apoyo social percibido en padres de familia de hijos con trastorno del espectro autista en Lima, Perú*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. https://hdl.handle.net/11537/32552

Martínez, M., & Nevares, A. (2018). Bienestar psicológico en cuidadores de niños con discapacidad: una mirada desde el contexto social y estructural. *Revista Latinoamericana de Psicología,* 50(2), 101–110. https://doi.org/10.14349/rlp.2018.v50.n2.5

Niño, L. & Peña, A. (2019). *Bienestar psicológico de las personas que trabajan y estudian en la Universidad Autónoma de Bucaramanga UNAB. [*Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Repositorio UNAB. https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/11649/2019_Tesis_Leydi_Yulied_Ni%C3%B1o_Basto.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Organización Mundial de la Salud. (febrero, 2023). *Trastornos congénitos*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/birth-defects

Organización Panamericana de la Salud. (mayo, 2024). *Discapacidad y salud*. https://www.paho.org/es/temas/discapacidad

Pérez, A, (2018). *Afrontamiento y Bienestar Psicológico en madres de niños diagnosticados con Trastorno del Espectro Autista*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/9894/P%c3%a9rez%20de%20Velasco_Geldres_Afrontamiento_bienestar_psicol%c3%b3gico1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Quinceno, L. & Gutiérrez, G. (2020). *Bienestar psicológico y Adaptación en madres de hijo con Síndrome de Down de la Fundación Amadeus de Santiago de Cali*. [Tesis de licenciatura, Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium]. Repositorio

UNICATOLICA https://repository.unicatolica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12237/2138/BIENESTAR_PSICOL%C3%93GICO_ADAPTACI%C3%93N_MADRES_HIJOS_S%C3%8DNDROME_DOWN_FUNDACI%C3%93N_AMADEUS_SANTIAGO_CALI.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ramos, B. (2022). *Afrontamiento al estrés de padres con hijos con discapacidad de dos CEBE´s en contexto COVID Lima – 2020.* [Tesis de grado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio UPA https://hdl.handle.net/20.500.12848/3406

Rebaza, R. (2021). *Resiliencia y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de una institución educativa del distrito de Víctor Larco, 2019.* [Tesis de maestría, Universidad Cayetano Heredia]. Repositorio UPCH https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/9667/Resiliencia_RebazaReyes_Rocio.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Rodríguez, M. Cantillo, C. & Perdomo, A. (2024). Beneficios de pertenecer a un grupo de apoyo de cuidadoras de niños con discapacidad múltiple: un estudio cualitativo. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 41(1), 54-61. https://doi.org/10.17843/rpmesp.2024.411.13218

Rosales, N. (2018). *Bienestar psicológico y Calidad de vida*. [Tesis de bachiller, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio URL http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjrcd/2018/05/22/Rosales-Nancy.pdf

Rusu, P. Candel, O. Bogdan, I. Ursu, A. & Podina, I. (2025). Parental stress and well-being: A meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*. (28) 255 – 274. https://doi.org/10.1007/s10567-025-00515-9

Salazar, A. (2019). *Estrés parental y prácticas de crianza en padres de familia de Lima*. [Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17356/Salazar_Abecasis_Estr%C3%A9s_parental_y%20pr%C3%A1cticas1.pdf?sequence=1

Salazar, A. (2020). Estrés parental y prácticas de crianza en padres de familia de Lima. [Tesis de bachiller, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP http://hdl.handle.net/20.500.12404/17356

Sampieri, R., Collado, C. & Lucio, M. (2022). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (7.ª ed.). México: McGraw-Hill

Sánchez, G. (2015). *Cuestionario de estrés parental: características psicométricas y análisis comparativo del estrés parental en padres de familia con hijos e hijas de 0 a 3 años de edad de Lima moderna*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Lima]. Repositorio ULIMA https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/3384/Sanchez_Gri%C3%B1an_Gracia.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Selye, H. (1936). A syndrome produced by diverse nocuous agents. *Nature, 138*(9). https://doi.org/10.1038/138032a0

Staunton, E., Kehoe, C., & Sharkey, L. (2023). Families under pressure: Stress and quality of life in parents of children with an intellectual disability. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 40(2), 192–199. https://doi.org/10.1017/ipm.2020.4

Universidad de San Martín de Porres. (2015). *Código de ética para la investigación.* https://es.scribd.com/document/533998049/Codigo-de-Etica-Para-Investigacion-Usmp-

Vásquez, E. (2018*). Estrés y competencias parentales en padres de niños con habilidades diferentes de un Centro Educativo Especial del distrito de Los Olivos* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/15301

Vásquez, M. (2020). *Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres con y sin hijos de habilidades diferentes*. [Título de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio UPN. https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/23733

Villavicencio, C., Romero, M. & Peñaloza, W. (2018). Discapacidad y familia: Desgaste emocional. *Revista de investigación en ciencias sociales y humanidades,* 5(1), pp. 89-98. https://doi.org/10.30545/academo.2018.ene-jun.10

Zuñiga, M. (2018). *Autoconcepto y bienestar psicológico en estudiantes de una Universidad Privada de Lima - Este*. [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UPEU https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/1001/Alexandra_Tesis_Bachiller_2018.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Anexos

Anexo A. Permiso del autor del Cuestionario de Estrés Parental de Abidin/ versión peruana abreviada por Sánchez.



PERMISO DE LA PRUEBA ESTRÉS PARENTAL Recibidos ×

Xiomara Briceño Oré <bricenoorexiomara@gmail.com> mar, 14 nov 2023, 9:08 a.m.
para gsanchezgrinan

Buen día Gracia,

Un gusto saludarte, me presento soy Xiomara Briceño estudiante de Psicología de la Universidad San Martín de Porres y estoy realizando mi tesis para ello estoy utilizando la variable de Estrés Parental, por lo que el cuestionario tiene la Validación Peruana del 2015 hecho por usted . Quisiera saber si me da el permiso para poder utilizar dicho cuestionario.

Espero su respuesta, muchas Gracias

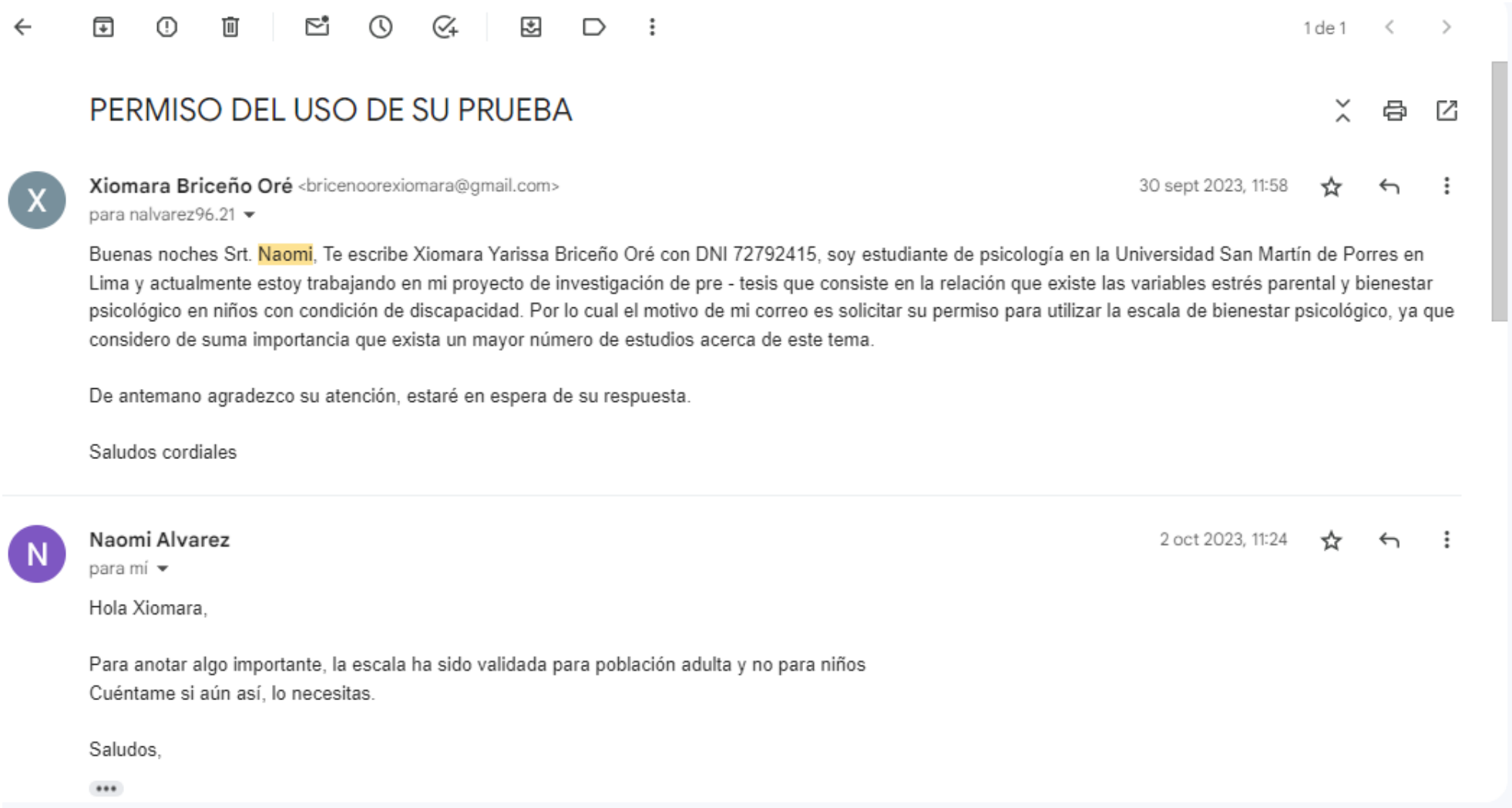
Gracia Sánchez Griñán Martínez Del Solar <gsanchezgrinan@gmail.com> mar, 14 nov 2023, 11:24 a.m.
para mí

Estimada Xiomara:

Sí cuentas con mi autorización para utilizar el instrumento.

Saludos,
Gracia Sánchez Griñán

Anexo B. Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al., (2006) y la versión final de Álvarez (2019).



1 de 1

PERMISO DEL USO DE SU PRUEBA

Xiomara Briceño Oré <bricenoorexiomara@gmail.com> 30 sept 2023, 11:58

para nalvarez96.21

Buenas noches Srt. Naomi, Te escribe Xiomara Yarissa Briceño Oré con DNI 72792415, soy estudiante de psicología en la Universidad San Martín de Porres en Lima y actualmente estoy trabajando en mi proyecto de investigación de pre - tesis que consiste en la relación que existe las variables estrés parental y bienestar psicológico en niños con condición de discapacidad. Por lo cual el motivo de mi correo es solicitar su permiso para utilizar la escala de bienestar psicológico, ya que considero de suma importancia que exista un mayor número de estudios acerca de este tema.

De antemano agradezco su atención, estaré en espera de su respuesta.

Saludos cordiales

Naomi Alvarez 2 oct 2023, 11:24

para mí

Hola Xiomara,

Para anotar algo importante, la escala ha sido validada para población adulta y no para niños
Cuéntame si aún así, lo necesitas.

Saludos,

Xiomara Briceño Oré <bricenoorexiomara@gmail.com> 2 oct 2023, 19:40

para Naomi

Buenas noches

Espero haya tenido un buen día . Si claro , mi población es para población adulta ya que evalúo a los padres de niños con discapacidad

•••

Naomi Alvarez 4 oct 2023, 10:38

para mí

Hola Xiomara,

Ok entiendo! Te mando aquí el archivo de la prueba para que la puedas utilizar

Un abrazo,

•••

Un archivo adjunto • Analizado por Gmail



Versión final - Es...

Anexo C. Consentimiento informado y ficha sociodemográfica

Estrés parental y bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad de Lima Sur Metropolitana

Estimados padres de familia, saludos cordiales.

Se le solicita su participación de manera voluntaria para la presente investigación realizada por la estudiante de noveno ciclo Xiomara Yarissa Briceño Oré de la carrera de psicología de la Universidad San Martín de Porres, lo cual tiene como objetivo conocer la relación existente entre ambas variables presentes en el estudio.

Si decide participar, deberá responder dos cuestionarios que guardan relación con las variables ya mencionadas en el presente título.
Asimismo, su participación es de carácter voluntario y cuenta con el derecho de anonimato, ya que toda la información recolectada será exclusivamente confidencial y anónima, únicamente guardando un propósito dentro de los fines de la presente investigación. De igual forma, no existen respuestas correctas o incorrectas, para lo cual se requiere responderlas con total sinceridad, por último, cuenta con el derecho de negar su participación o retirarse de la evaluación si lo considera conveniente.

( ) Sí, acepto
( ) No

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

SEXO : F ( ) M ( )

EDAD : _____

ESTADO CIVIL : _____

Anexo D. Cuestionario de estrés parental

CUESTIONARIO DE ESTRÉS PARENTAL, VERSIÓN ABREVIADA, CEP (PSISF) DE RICHARD R. ABIDIN UNIVERSIDAD DE VIRGINIA, VALIDADO EN LIMA METROPOLITANA MEDIANTE JUICIO DE EXPERTOS Sánchez, 2015

Instrucciones: Al contestar el siguiente cuestionario piense en lo que más le preocupa de su hijo(a). En cada una de las oraciones siguientes le pedimos que seleccione, por favor, la respuesta que mejor describa sus sentimientos. Si encuentra que una respuesta no describe con exactitud sus sentimientos, señale la que más se acerca a ellos.

MA = si está muy de acuerdo con el enunciado

A = si está de acuerdo con el enunciado

NS = si no está seguro

D = si está en desacuerdo con el enunciado

MD = si está muy en desacuerdo con el enunciado.

Para la pregunta 20 y 21 colocar las opciones son: **1. Más difícil de lo que me imaginaba 2. Algo más difícil de lo que esperaba 3. Como esperaba 4. Algo menos difícil de lo que esperaba 5. Mucho más fácil de lo que esperaba.**

1	Siento que dejo más cosas de mi vida de lo que pensé para satisfacer las necesidades de mi hijo(a)	MA	A	NS	D	MD
2	Me siento atrapado por mis responsabilidades como madre/padre					
3	Desde que he tenido este hijo(a), he sido incapaz de hacer cosas nuevas					
4	Desde que he tenido este hijo (a), siento que he dejado de hacer las cosas que me gustan					
5	Tener un hijo(a) me ha causado más problemas de los que esperaba en mis relaciones con otras personas					

6	Antes de tener a mi hijo(a) estaba más interesado(a) por la gente					
7	Antes de tener a mi hijo(a) disfrutaba más de las cosas					
8	Siento que mi hijo(a) quiere estar lejos de mí					
9	Mi hijo(a) me sonríe menos de lo que yo esperaba					
10	Me parece que el ritmo de aprendizaje de mi hijo(a) es más lento que el de otros niños					
11	Me parece que mi hijo(a) sonríe menos que los otros niños					
12	Mi hijo(a) hace menos cosas de las que yo esperaba					
13	A mi hijo(a) le resulta difícil acostumbrarse a situaciones nuevas					
14	Mi hijo(a) parece llorar más a menudo que la mayoría de los niños					
15	Mi hijo(a) se despierta de mal humor					
16	Siento que mi hijo(a) se enoja con facilidad					
17	Mi hijo(a) hace cosas que me molestan mucho					
18	Mi hijo(a) reacciona mal cuando sucede algo que le desagrada					
19	Mi hijo(a) se molesta fácilmente por las cosas más insignificantes					
20	Marque una sola opción: He observado que lograr que mi hijo(a) me obedezca es:					
21	Escriba el número de cosas que le molesta que haga su hijo (a) (demasiado movido, llora, interrumpe, pelea, etc.). Luego marque en la columna de la derecha el número que indica el conjunto de cosas que haya contado					
22	Las cosas que hace mi hijo(a) me fastidian mucho					
23	Mi hijo(a) se ha convertido en un problema mayor de lo que yo esperaba					
24	Mi hijo(a) me demanda más de lo que exigen la mayoría de niños					

Anexo E. Escala de bienestar psicológico

Escalas de Bienestar Psicológico – Díaz et al., 2006

En el estudio del bienestar subjetivo también resulta de especial importancia ahondar en los niveles de bienestar interno o de fortaleza interna. Lee cada ítem y señala en qué medida sientes o experimentas estas emociones de manera general en tu vida cotidiana, usando la siguiente escala de respuesta:

1	2	3	4	5	6
Totalmente en desacuerdo					Totalmente de acuerdo

	Totalmente en desacuerdo					**Totalmente en de acuerdo**
1. Cuando repaso la historia de mi vida, estoy contento/contenta con cómo han resultado las cosas.	1	2	3	4	5	6
2. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de las personas.	1	2	3	4	5	6
3. Me preocupa la opinión que los demás tienen sobre las decisiones que he tomado en mi vida.	1	2	3	4	5	6
4. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia las metas que tengo.	1	2	3	4	5	6
5. Disfruto haciendo planes para el futuro.	1	2	3	4	5	6
6. Disfruto trabajar para alcanzar lo que me he propuesto para el futuro.	1	2	3	4	5	6
7. En general, me siento seguro/segura conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6
8. En general, me siento positivo/positiva conmigo mismo/misma.	1	2	3	4	5	6

9. Suelo preocuparme sobre lo que los demás piensan de mí.	1	2	3	4	5	6
10. He sido capaz de construir un modo de vida a mi gusto.	1	2	3	4	5	6
11. Soy una persona proactiva a la hora de realizar los proyectos que me he propuesto.	1	2	3	4	5	6
12. Siento que mis amigos me aportan muchas cosas.	1	2	3	4	5	6
13. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo.	1	2	3	4	5	6
14. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado.	1	2	3	4	5	6
15. Me siento bien cuando pienso en lo que espero hacer en el futuro.	1	2	3	4	5	6
16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí.	1	2	3	4	5	6
17. Me gustan la mayoría de características de mi personalidad.	1	2	3	4	5	6
18. Tengo confianza en mis opiniones aun cuando son opuestas a lo que la mayoría opina.	1	2	3	4	5	6
19. Las exigencias del día a día muchas veces me deprimen.	1	2	3	4	5	6
20. Tengo claro los objetivos de mi vida.	1	2	3	4	5	6
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo.	1	2	3	4	5	6
22. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de quien soy.	1	2	3	4	5	6
23. La mayoría de las veces, me siento orgulloso/orgullosa de la vida que llevo.	1	2	3	4	5	6
24. Sé que puedo confiar en mis amigos.	1	2	3	4	5	6
25. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de cambio y crecimiento.	1	2	3	4	5	6
26. Mis amigos saben que pueden confiar en mí.	1	2	3	4	5	6
27. Pienso que con los años no he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
28. Tengo la sensación de que con el tiempo he mejorado mucho como persona.	1	2	3	4	5	6
29. La vida ha sido un proceso continuo de aprendizaje.	1	2	3	4	5	6
30. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida, daría los pasos más eficaces para cambiarla.	1	2	3	4	5	6

Anexo F. Matriz de consistencia

ANEXO A: Matriz de consistencia

Título: Estrés parental y bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur Metropolitana

Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
Objetivo general Analizar la relación entre Estrés parental y Bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.	**Hipótesis general** Existe relación entre Estrés parental y Bienestar Psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.	**Estrés parental** Dimensiones (Indicadores) Malestar paterno (Evalúa la falta de acuerdos por parte de los progenitores hacia sus hijos) Ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	**Tipo**: Cuantitativo **Diseño de investigación**: Diseño Empírico, tipo correlacional.

Objetivos específicos	**Hipótesis específicas**	Interacción disfuncional padre- hijo (Estima la relación conflictiva que surge entre el padre y el hijo) Ítems: 8, 9, 10, 11, 12 13	**Participantes:** Padres de familia de hijos con condición de discapacidad de Lima Sur Metropolitana.
Examinar la relación entre las dimensiones del estrés parental y el bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.	Existe relación entre estrés parental y el bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.		
Calcular la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el estrés parental en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.	Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el estrés parental en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.	Niño difícil (Evalúa el rango de mal comportamiento del niño, el cual los padres no pueden dominarlo) Ítems: 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24.	**Instrumentos de medición:** Cuestionario de Estrés Parental de Abidin/ versión peruana abreviada por Sánchez (2015).

Establecer la relación entre las dimensiones del estrés parental y las dimensiones del bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.	Existe relación entre las dimensiones del estrés parental y las dimensiones del bienestar psicológico en padres de hijos con condición de discapacidad en Lima sur metropolitana.	**Bienestar psicológico** Dimensiones (Indicadores) Autoaceptación (Estima cuánto se conoce la persona en cuanto a defectos y virtudes) Ítems: 1, 7, 17, 24 Relaciones positivas (Evalúa la habilidad de utilizar la asertividad, empatía y compromiso con los demás) Ítems: 2, 8, 12, 22, 25 Autonomía (Evalúa la seguridad e independencia en sí mismo, la habilidad de resolver conflictos y la toma de buenas decisiones) Ítems: 3, 4, 9, 13, 18, 23	Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada al español por Díaz et al., (2006) versión breve. Ficha sociodemográfica

	Dominio del entorno (Tiene como finalidad evaluar los entornos favorables o desfavorables del individuo y cómo se desplaza en ello)

Nota. Elaboración propia en base a los datos investigados.