



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

“Construcción y evaluación de las propiedades psicométricas de la escala de regulación emocional materna, San Juan de Lurigancho, Lima 2018”

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciada en Psicología

AUTORA:

Elizabeth Cristina Castillo Otero (ORCID:0000-0003-4251-9110)

ASESORES:

Nikolai Martin Rodas Vera (ORCID: 0000-0001-6740-3099) José

Vallejos Saldarriaga (ORCID: 0000-0002-8579-7244)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Psicométrica

LIMA - PERÚ

2019

Dedicatoria

Tu forma tan cándida de ver la vida y la incondicionalidad con la que me amas, me han inspirado de muchas maneras. Aun cuando no logro reconocerte después de tu llegada porque no soy la misma, soy mejor. Por eso quiero dedicarte este trabajo y todo el ahínco puesto en él. Fuiste el motivo de la elección del tema de investigación y el motor de todos mis esfuerzos. No puedo decir que fue sencillo, trabajar, estudiar y ser mamá al mismo tiempo, pero tu voz, tu risa, tus expresiones lozanas y tu ingenioso sentido del humor hacían que todo valga la pena. Donde estaría ahora si no hubieras llegado a mi vida, no tengo idea, pero estoy segura que no tan lejos.

Te amo Valerie.

Agradecimiento

Primero quiero agradecer a mis padres, Sonia y Willy, ellos se unieron para ayudarme a cumplir este gran sueño, son las personas que más me aman. Alejandro, mi compañero en la grandiosa aventura de ser padres, por tu apoyo y por cada palabra de aliento, por compartir conmigo el deseo de verme graduada y triunfando, sabes que te quiero. Jonathan y Jhojan, ustedes han estado tan involucrados que podría llamarlos expertos en regulación emocional, gracias por cada vez que se amanecieron acompañándome, por darme fuerza y apoyo; y por quererme tanto. También quiero agradecer al Mgtr. Nikolai, el mejor profesor, mejor persona y amigo que conozco, por la paciencia y asistencia en todo este proceso. Gracias a todos por formar parte de este logro.

Página del jurado

Declaratoria de autenticidad

Señores miembros del jurado:

En cumplimiento del Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo presento ante ustedes la Tesis Titulada “Construcción y evaluación de las propiedades psicométricas de la Escala de Regulación Emocional Materna, San Juan de Lurigancho, 2018” y comprende los capítulos de Introducción, metodología, resultados, conclusiones y recomendaciones. El objetivo de la referida tesis fue demostrar que dicha escala reúne adecuadas propiedades psicométricas, validez y confiabilidad, para su aplicación en madres del distrito de San Juan Lurigancho, la misma que someto a vuestra consideración y espero que cumpla con los requisitos de aprobación para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología.

Atte



FIRMA

Cristina Castillo Otero

Índice

Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página del Jurado	iv
Declaratoria de autenticidad	v
Índice	vi
Resumen	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MÉTODO	9
2.1. Diseño de Investigación	9
2.2. Variables, Operacionalización	9
2.3. Población, muestra y muestreo	12
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	12
2.5. Procedimiento	13
2.6. Métodos de análisis de datos	14
2.7. Aspectos éticos	16
III. RESULTADOS	17
IV. DISCUSIÓN	21
V. CONCLUSIONES	24
VI. RECOMENDACIONES	25
VII. REFERENCIAS	26
VIII. ANEXOS	36

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo construir y analizar las propiedades psicométricas de la escala de regulación emocional materna. La teoría en la cual se basó este trabajo fue el modelo de competencias emocionales de Bisquerra, específicamente en la regulación emocional. El estudio posee un diseño no experimental, de corte transversal e instrumental. La muestra estuvo conformada por un total de 356 madres del distrito de San Juan de Lurigancho, sus edades oscilaban de 23 a 56 años. Se realizó la validez de contenido en tres procesos, obteniendo en la tercera etapa la concordancia de los jueces por el coeficiente v de Aiken con resultados entre 0.60 a 1. En cuanto a la validez por estructura interna se observaron adecuados valores en las cargas factoriales. Con referencia a la confiabilidad por consistencia interna medida mediante el omega, el cual resultó dentro de los valores aceptables (.82). Por lo que se concluye que la escala de regulación emocional materna [REGEM] presenta propiedades psicométricas adecuadas en su validez y confiabilidad para ser aplicadas en madres del distrito de San Juan de Lurigancho.

Palabras claves: emociones, madres, validez, confiabilidad, psicometría.

ABSTRACT

This investigation was aimed at creating and evaluating psychometric properties of maternal emotional regulation scale. The theory on which it was based was Bisquerra's emotional competency model, specifically in emotional regulation. The design is non-experimental, cross-sectional and instrumental. The sample consisted of 356 mothers San Juan de Lurigancho district residents. Content validity was carried out in three processes, obtaining in the third stage the agreement of the judges for the Aiken's v coefficient with results between 0.60 to 1. Regarding the validity evidence based on internal structure, adequate values were observed in the factor loadings. In terms of internal consistency reliability using the omega coefficient, showed acceptable values (.82). Therefore, it is concluded that the maternal emotional regulation scale [REGEM] has adequate psychometric properties in its validity and reliability to be applied in mothers of the San Juan de Lurigancho district.

Keywords: emotional regulation, mothers, validity, reliability, psychometric.

I. INTRODUCCIÓN

Convertirse en madre supone una gran transición evolutiva (Hidalgo & Menendez, 2009), de cierta vulnerabilidad (Aispuro, 2001) y de riesgo psicológico (Adam, 2013). Cerca del 80% de las mujeres sufren algún tipo de alteración durante estas etapas, las cuales pueden ir desde molestias leves y transitorias hasta situaciones graves como inclinaciones suicidas (Medina, 2013). Esto probablemente se debe a la inestabilidad hormonal (Chinchilla, 2008), los cambios de horarios personales para el cuidado del bebé (Bretel, 2017), la disminución de las relaciones sexuales, las reuniones sociales y el tiempo libre (Vizental, 2012) y además las presiones sociales (Aispuro, 2001).

En este periodo ocurren cambios muy importantes a nivel psicológico (Fernández R. , 2013), como la melancolía por la pérdida del atractivo físico (Vizental, 2012) y la incomodidad con el cuerpo (Rejane, Matos, & Rosa, 2010), afectando la sexualidad con su pareja y a la autoestima (Navarro & Gómez, 2016). De esta manera, las madres podrían cuestionar su valía personal e identidad propia, por dificultades en la relación afectiva-familiar, ya que dedican su vida a esto de forma casi exclusiva (Chinchilla, 2008). Incluso, pueden experimentar angustia y ansiedad por el temor de que a su hijo o hija le pase algo malo (De Zubiría, 2010). Estos efectos negativos impactan en la crianza de los hijos originando posiblemente trastornos de conducta, ansiedad y depresión (Fritsch, Montt, Solfs, Pilowsky, & Rojas, 2007).

A pesar de esto, la mujer inicia con la vivencia de la maternidad, un recorrido de superación (Gutman, 2015) ya que está muy vinculada al crecimiento personal como por ejemplo madurar o encontrarse un nuevo sentido a la vida (Zurdo, 2013), y se encuentra estrechamente relacionada con sentimientos de felicidad (Adam, 2013).

Por todo lo mencionado, se observa que la mujer cumple un rol importante como propiciadora de la salud mental de sus hijos (Ochoa, Cruz, & Moreno, 2015). De esta manera, es necesario conocer las variables que están implicadas en la experiencia de ser madre, tales como el control de impulsos, la asertividad, el autocontrol, el manejo del estrés y la empatía. Todos estos elementos formarían parte de las competencias emocionales, de la cual se desprende la regulación emocional (Bisquerra, 2009), la que a su vez es una variable que se precisaría durante la maternidad. Existe una eminente relación entre regulación emocional y problemas de la salud mental (Silva, 2003),

además que la deficiencia en esta competencia puede elevar los niveles de estrés (Souto, 2012) y propiciar violencia mediante agresiones verbales y físicas (Zurdo, 2013). Así, los niveles altos de satisfacción y emociones positivas en las labores como madre o padre, podrían prevenir los malos tratos infantiles (Bayot, 2008).

Es por todo esto que existen diversos instrumentos para medir regulación emocional. Así, se tiene la Escala de Autorregulación Emocional (ERQ) de Gross y Thompson (2003), construida a partir de una muestra de adultos; y fue adaptada en el Perú por Gargurevich y Matos (2010), para universitarios de Lima. Este cuestionario consta de dos estrategias de regulación emocional a evaluar: La reevaluación cognitiva y la supresión. También en Ecuador Moreta, Durán y Gaibor (2018) evaluaron su estructura factorial y fiabilidad en jóvenes universitarios.

También se cuenta con la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional ([DERS], Gratz & Roemer 2004), que fue diseñada para adultos y adaptada para adolescentes de Arequipa (Huamaní & Saravia, 2017). En Argentina también los autores realizaron una adaptación en jóvenes universitarios (Medrano & Trógolo, 2014).

Sin embargo, también existen instrumentos que miden variables cercanas a la regulación emocional. Así, Pérez, Bisquerra, Filella y Soldevilla (2010) presentaron la construcción del Cuestionario de Desarrollo Emocional Para Adultos (CDE-A), entendemos este constructo como un proceso educativo, que busca potenciar las competencias emocionales (Pérez, Bisquerra, Filella, & Soldevilla, 2010). Por otro lado, Ecurra, et al (2000), con base en la teoría de Salovey y Mayer, construyeron una prueba en Perú para medir la inteligencia emocional. Se armaron ítems pertenecientes a los siguientes cinco dominios: autoconocimiento emocional, control emocional, automotivación, empatía y habilidad para las relaciones interpersonales. La prueba se aplicó a una muestra de universitarios.

Como se aprecia, a pesar de la importancia del rol materno en el bienestar y la felicidad de los hijos (De Zubiría, 2010), no hay instrumentos de regulación emocional para esta población. Tampoco los hay en base a la teoría de Bisquerra (2009). Es por ello que esta investigación busca construir un instrumento psicométrico que mida la regulación emocional materna tomando como soporte teórico a la teoría del autor mencionado.

Concepciones como inteligencia emocional, las investigaciones sobre el bienestar subjetivo, la psicología positiva, y gracias a la neurociencia se ha podido conocer más sobre cómo funcionan las emociones (Maganto & Maganto, 2010).

En un lenguaje sencillo, una emoción “es una luz de tonalidad específica que se enciende e indica que existe un problema a resolver” (Levy, 2001, p. 5). Es un estado del organismo que se da por una excitación que estimula a actuar de una determinada manera, que podría ser generada por un suceso intrínseco o extrínseco (Bisquerra, 2012). Así, comúnmente se emplea la palabra emoción para englobar las reacciones que producen alguna alteración física, como agitación, transpiración, etc. (Maganto & Maganto, 2010), y varían por factores externos y propias vivencias (Schroeder, 2005). Se trata entonces de una experiencia afectiva que podría ser o no placentera y que tiene carácter revelador que precisa lo que experimenta el individuo (Chóliz, Palmero, Fernández, & Martínez, 2002).

En cuanto a sus componentes, Feldman (2002) señala que son sentimientos y que incluyen elementos fisiológicos y cognoscitivos que repercuten en la conducta. Por su lado Goleman (1995) indica que los componentes de una emoción son los pensamientos, sensaciones, estados fisiológicos, psicológicos y el modo de reacción que lo define. En tal caso, un mismo estímulo podría provocar diferentes emociones en cada persona, haciendo que reaccione de manera distinta (Levy, 2001; Bisquerra, 2009).

Maganto y Maganto (2010) proponen cuatro criterios para que una emoción sea considerada como tal: supone subjetividad en cuanto a su significado, es expresada mediante gestos, provoca reacciones fisiológicas determinadas, y por último origina conductas determinadas propiamente relacionadas con dicha emoción. No obstante, el Bisquerra (2009) delimita tres componentes de una emoción. En primer lugar está el Neurofisiológico e incluye respuestas involuntarias que podrían ser sudoración, respiración, presión sanguínea, secreciones hormonales, neurotransmisores, taquicardia, etc. El siguiente es el componente Comportamental, el cual se podría disimular si así se quisiera ya que abarca las expresiones faciales, tono de voz, ritmo, volumen, movimientos del cuerpo, etc. Y por último el Cognitivo aquel que solo se comprende a través del autoinforme ya que se trata de una vivencia subjetiva que se ajusta a lo que se designa sentimiento.

Las emociones positivas pueden ayudar a que las personas estén capacitadas para generarse más emociones positivas (Fernández E. , 2008) y pueden favorecer a resistir las adversidades de la vida (Fredrickson, 2001). A pesar de esto, los estudios de las emociones positivas son pocos en contraste al de las negativas (Barragan & Morales, 2014; Vera, 2006)

Se considera positiva a una emoción cuando la experiencia se percibe placentera y si a consecuencia de experimentarla se generan recursos personales que contribuyan a la salud (Fredrickson, 2001). Entonces puede decirse que las emociones positivas son importantes para el ser humano ya que aportan de manera útil a su desarrollo y crecimiento personal (Vera, 2006), además contribuyen a la creatividad e impulsan a gozar más de la vida (Fernández E. , 2008).

Es así que surge la psicología positiva que consiste en la investigación precisa de fortalezas y virtudes del ser humano, enfatizando sus cualidades y progresos (Sheldon & Kasser, 2001), así como impulsa organizaciones o programas que contribuyen a mejorar la calidad de vida (Gable & Haidt, 2005), mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología (Seligman, 2003). Tal vez uno de los aspectos más importantes de este nuevo enfoque psicológico es el énfasis en las emociones positivas, entre las que se encuentra la felicidad y otros sentimientos de bienestar (Contreras & Esguerra, 2006), siendo las más simbólicas la resiliencia, la fluidez, la elevación y el humor (Barragan & Morales, 2014).

La regulación emocional parte del constructo de competencias emocionales (Bisquerra, 2009, 2012). Este último término entró en discrepancia ya que algunos autores prefieren llamarlo competencia socio emocional (Souto, 2012). Incluso, aún no se delimita, ciertamente está basado en la inteligencia emocional pero abarca más factores (Bisquerra, 2009, 2012). Por ser amplio se han formulado distintas propuestas con la finalidad de describirlo (Bisquerra & Perez, 2007). Como por ejemplo Salovey y Sluyter (1997) establecen cinco dimensiones centrales: cooperación, empatía, asertividad, cooperación y autocontrol. Más adelante Goleman, Boyatzis, y Mckee (2002) plantean solo cuatro elementos: autogestión, conciencia de uno mismo, conciencia social y gestión de las relaciones. Esto quiere decir que mientras la ciencia siga generando más información sobre el constructo de competencia emocional este seguirá avanzando hasta llegar a ser más concreto (Bisquerra & Perez, 2007).

Como se mencionó anteriormente el adquirir y dominar estas competencias contribuyen a una mejor adaptación a la sociedad y un mejor afrontamiento a las dificultades que la vida conlleva (Bisquerra, 2009). Cabe recalcar que este modelo está aún en proceso de construcción y por ende en constantes revisiones, el autor lo estructura con cinco factores (Bisquerra, 2009). En primer lugar la conciencia emocional. En segundo lugar la regulación emocional que comprenden el manejo adecuado de las emociones. En tercer lugar la autonomía emocional. En cuarto lugar la competencia social y en quinto lugar las habilidades de vida y bienestar (Tabla 1).

Tabla 1.

Competencias emocionales según el modelo de Bisquerra (2009)

CONCIENCIA EMOCIONAL	REGULACIÓN EMOCIONAL	AUTONOMÍA EMOCIONAL	COMPETENCIA SOCIAL	HABILIDADES DE VIDA Y BIENESTAR
Capacidad para tomar conciencia de las emociones propias y de otros.	Capacidad para manejar adecuadamente las emociones, integra habilidades de afrontamiento y capacidad de autogenerarse emociones positivas.	Conjunto de elementos relacionados con la autogestión personal, entre ellas autoeficacia emocional, autoestima, actitud positiva ante la vida, etc.	Habilidad para tener buenas relaciones con otras personas, incluye habilidades sociales básicas, comunicación efectiva, respeto, asertividad, etc.	Capacidad para adoptar actitudes adecuadas y responsables para enfrentar los desafíos de la vida, ya sean personales, laborales, sociales, etc.

La autorregulación emocional se define como una forma de autocontrol que busca corroborar que la emoción que se experimenta se adapta a sus objetivos (Bonnano & Mayne, 2001). Para Silva (2005) es toda estrategia enfocada en prolongar, fomentar o erradicar un estado emotivo en curso.

Sin embargo Bisquerra (2009) lo califica como la competencia que supone la capacidad para manejar adecuadamente las emociones en búsqueda de una mejor calidad de vida. Dicha competencia integra habilidades de afrontamiento y capacidad de autogenerarse emociones positivas, entre otras.

Los factores que establece Bisquerra (2009) para segmentar la regulación emocional son: En primer lugar Tomar conciencia de la interacción entre emoción, cognición y conducta, (el cual de abreviará a “autoconciencia de interacción”) que trata de tener en cuenta que mediante la cognición (razonamiento, pensamientos) puede controlarse la

emoción y conducta. En segundo lugar Adecuada expresión emocional, la cual significa expresar nuestras emociones de manera adecuada, según el contexto y situación teniendo en cuenta el impacto que puede generar en los demás. En tercer lugar Regulación (control) de emociones y sentimientos, (se abreviará a “Control”) comprende el control de la ira, violencia o comportamientos de riesgo, tolerancia a la frustración para prevenir ira, estrés, ansiedad, depresión, entre otros. Además incluye la capacidad de perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades y la capacidad para aplazar recompensas inmediatas a favor de otras a largo plazo pero de más beneficio. En cuarto lugar Habilidades de afrontamiento, se refiere al uso de estrategias para mejorar la intensidad y duración de los estados emocionales negativos. Y el por último Competencia para autogenerarse emociones positivas, la cual supone la capacidad para experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas (alegría, amor, humor). Generar su propio bienestar para una mejor calidad de vida.

La regulación emocional estaría presente en el rol materno, surgiendo el constructo de regulación emocional materna. Aplicando la teoría de Bisquerra (2009), la regulación emocional materna, se podría definir como la capacidad para manejar adecuadamente las emociones en la crianza de los hijos. Esta competencia integra habilidades de afrontamiento y capacidad de autogenerarse emociones positivas, en búsqueda de una mejor experiencia como madre y calidad de vida para los hijos.

La maternidad es un proceso complejo que constituye elementos culturales, sociales, psicológicos y afectivos, los cuales contribuyen a la creación de vínculos (Cáceres, Molina, & Ruiz, 2014), además supone una serie de pasos, ya que primero hay que salir de la pubertad, seguido de ello está la fecundación, viene el parto, la lactancia, crianza, educación y separación (Oberman, 2004). No solo implica el hecho de dar a luz, brindarles a los hijos alimentos, cama, vestidos y atenciones físicas, sino son los cuidados emocionales y las estrategias de educación lo que realmente importan para el desarrollo de un niño (Loizaga, 2011), una experiencia que engloba el desarrollo psicológico y personal de una mujer, también propone la oportunidad de encaminar y cuidar a la siguiente generación (López, 2008).

Si bien es cierto, toda madre pretende ser justa con sus hijos y desea cumplir su rol de manera apropiada ejecutando así adecuadamente sus funciones parentales (Capano & Ubach, 2013), sin embargo no es una tarea fácil y consta de una responsabilidad enorme ya que se trata de educar guiando, orientando, influyendo,

enseñando e interviniendo de manera regulada con la finalidad de potenciar y mejorar el crecimiento y madurez del niño o niña (Comellas, 2009). Debido a que improvisar no sirve de mucho, se requieren competencias específicas para enfrentar las dificultades y desafíos que implica (Torío, Peña, & Rodríguez, 2008). Velasco (1999) menciona al estrés parental y la depresión como factores que determinan la conducta materna y se debe en su gran parte al estrés que produce la crianza ya que en este intervienen las percepciones que tiene la madre sobre sus recursos personales, su ambiente y los rasgos del niño(a).

El tipo de crianza garantiza no solo la supervivencia del infante sino que favorece su crecimiento y desarrollo psicosocial, siempre y cuando se le enseñe a relacionarse de forma positiva con su entorno (Pacussich, 2015). Es esencial ser pacientes, respetuosos, cariñosos y tolerantes con los hijos, así como posibilitar el diálogo mediante un estilo de comunicación adecuado que contribuya a la mejoría y formación de su personalidad sin dejar de tomar en cuenta el establecimiento de límites y llevar de esta manera el equilibrio (Capano & Ubach, 2013)

Tomando en cuenta que el lenguaje usado con ellos está generalmente acompañado de emociones, estas definen el trato que se da mediante la comunicación, por supuesto las emociones positivas pueden contribuir a formar el autoestima de las personas, mientras que las negativas lo someten y humillan (Loizaga, 2011). Incluso las emociones positivas ayudan a enfrentar las vicisitudes de la vida de una forma más adaptativa, hacen que las experiencias sean más satisfactorias y facilitan la realización de metas, por ende la salud se hace más fuerte y favorable (Fernández, 2008).

Siendo la familia el punto de partida, esta es responsable de generar y establecer prácticas educativas que propicien el desarrollo de competencias emocionales, estrategias de afrontamiento y niveles de prosocialidad (Henaó & García, 2009) lo que está bastante vinculado a la regulación emocional, incluso la existencia de inteligencia emocional en las madres y padres favorece una mejor ejecución del rol, así pues ser más inteligentes emocionalmente supone efectuar un estilo parental democrático lo que significa brindar a los hijos la oportunidad de elegir y también se relaciona con mayor inteligencia emocional en los hijos (Ramírez, Ferrando, & Sainz, 2015). De manera que es necesario que la madre como agente educador posea competencias emocionales ya que ella cumple función de modulador en los procesos de socialización emocional del niño(a) (Mestre & Fernández, 2010).

Si bien es cierto es fundamental enfocarse en los niños y niñas con la finalidad de fomentar un desarrollo óptimo, no obstante es igual de importante hacerlo con quienes están cerca de ellos, como las madres, y darle herramientas que ayuden a crear hogares armónicos tanto para los pequeños como para los más grandes de la familia (Flores & Díaz, 2011).

La pregunta de investigación quedaría formulada de la siguiente manera:

¿Cuáles son las propiedades psicométricas de la Escala de Regulación Emocional Materna?

Responder esta pregunta se considera relevante desde el punto de vista teórico, ya que se probará si el modelo teórico de Bisquerra es aplicable a la maternidad. Metodológicamente su importancia radica en la construcción de un instrumento de medición de regulación emocional materna. En un nivel práctico, es útil en el campo clínico, puesto que permitirá reconocer niveles de regulación emocional con lo que se podrá llevar a cabo consejería y orientación en relación a la maternidad, lo que muestra a su vez su importancia social.

El objetivo general de la presente investigación es:

Construir y analizar las propiedades psicométricas de la escala de regulación emocional materna en mujeres de san juan de Lurigancho, Lima.

Tanto como los objetivos específicos los siguientes:

Analizar las propiedades psicométricas en cuanto a validez de contenido por juicio de expertos de la Escala de Regulación Emocional Materna, San Juan de Lurigancho.

Analizar la validez por estructura interna de la Escala de Regulación Emocional Materna, San Juan de Lurigancho.

Analizar la confiabilidad por consistencia interna de la Escala de Regulación Emocional Materna, San Juan de Lurigancho.

II. MÉTODO

2.1 Diseño de investigación

El diseño de la presente investigación es de tipo no experimental ya que no manipula la variable, solo observa los fenómenos en su ambiente y estado natural a fin de analizarlos. Además es de corte transversal debido a que los datos se recolectan en un tiempo único (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010). Por último, es psicométrico (Alarcón, 2013) o instrumental (Ato, López y Benavente, 2013) porque se construyó un instrumento y se evaluaron sus propiedades psicométricas.

2.2 Operacionalización de variable

A continuación se presenta la matriz de operacionalización resultante del tercer proceso de de criterio de jueces.

Tabla 2.

Matriz de Operacionalización de la variable Regulación Emocional Materna

DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE VALORES
<p>REGULACIÓN EMOCIONAL - BISQUERRA 2009</p> <p>Es una competencia que supone la capacidad para manejar adecuadamente las emociones en búsqueda de una mejor calidad de vida. La regulación emocional integra habilidades de afrontamiento y capacidad de autogenerarse emociones positivas.</p>	<p>Es una variable cuantitativa y se mide mediante la escala de regulación emocional para la cual se genera esta matriz.</p>	<p>Control o regulación</p> <p>Comprende el control de la ira, violencia o comportamientos de riesgo, tolerancia a la frustración para prevenir ira, estrés, ansiedad, depresión, entre otros. Además, incluye la capacidad de perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades y la capacidad para aplazar recompensas inmediatas a favor de otras a largo plazo, pero de más beneficio.</p>	Autocontrol emocional.	1	<p>Siempre= 5</p> <p>Casi siempre=4</p> <p>A veces =3</p> <p>Pocas veces=2</p> <p>Nunca= 1</p>
			Esperar el momento pertinente para expresar emociones	2	
			Habilidad de motivarse	4	
			Adaptabilidad	5	
			Disciplina	6	
			Capacidad para crear pensamientos positivos	7	
			Técnicas de relajación	3, 8	
			Respeto por los demás.	9	
			Capacidad de provocarse	11, 13	

emociones

Anticiparse a las
consecuencias

12

Tolerancia

10

2.3. Población, muestra y muestreo

En esta investigación la población está conformada por todas las madres de San Juan de Lurigancho.

Para la muestra se realizaron dos estudios, el primero estuvo conformado por 160 madres del distrito cuyas edades oscilaron entre 23 a 56 años ($M=36$), 24 madres no consignaron su edad, además la mayor cantidad de hijos fue 5 ($M_o=2$), donde 22 no brindaron esta información.

En el segundo participaron 196 mujeres, las edades comprendieron entre 32 y 55 años ($M=36$) mientras que la cantidad de hijos máxima fue de 6 ($M_o=2$). Una madre no consignó edad.

El muestreo fue no probabilístico e intencional (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014), ya que la elección de los sujetos estuvo sujeta a los criterios de inclusión tales como: Madres de niños no mayores a 12 años de edad pertenecientes al distrito de San Juan de Lurigancho.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para el presente estudio se empleó como método de recolección de datos, la técnica de evaluación psicométrica la cual es una herramienta para obtener un rasgo más profundo y detallado de la variable a estudiar (Meneses, 2013).

La primera prueba piloto del instrumento de regulación emocional materna estaba compuesta por 32 reactivos, debido a que la experiencia de validación por expertos permitió reducir la prueba de 50 a 32 elementos, eliminar algunos indicadores y mejorar la redacción de cada ítem. Sin embargo, los factores de la variable seguían siendo los mismos, y estaban distribuidos de la siguiente manera: autoconciencia (5 ítems) la cual implica conocer la relación que hay entre pensamiento, emoción y conducta; adecuada expresión (6 ítems) se refiere a expresar de forma adecuada las emociones teniendo en cuenta la situación y el impacto que puede generar en los demás; control de emociones (7 ítems) comprende el control de la ira, violencia, tolerancia a la frustración para prevenir ira, estrés, ansiedad, entre otros, además la capacidad de perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades; habilidades de afrontamiento (6 ítems) la cual engloba el uso de

estrategias para mejorar la intensidad y duración de los estados emocionales; y competencia para autogenerarse emociones positivas (8 ítems) que se trata de experimentar de forma voluntaria emociones positivas tales como alegría, amor, humor, etc. De esta manera, la respuesta de cada ítem es a través de una escala tipo Likert siendo las opciones: Nunca, Casi nunca, A veces, Casi siempre y Siempre.

2.5. Procedimiento

Existen diez fases importantes para el proceso de construcción de un test (Meneses, 2013), una de las etapas empleadas en la elaboración de esta escala consistió en delimitar la finalidad del test, la cual consiste en describir, clasificar y diagnosticar la regulación emocional materna. Se definieron los fenómenos psicológicos a medir, para lo cual se precisó una teoría sólida sobre la regulación emocional la cual fue aplicada a la vivencia materna. Luego se hicieron especificaciones de las características del test, determinando los materiales necesarios (papel y lápiz) y el tipo de administración más adecuada (individual o colectiva). Para el desarrollo de los reactivos se crearon muchos más ítems de los necesarios con la finalidad de evaluar su comportamiento en el marco e ir seleccionando a los más precisos con relación al objetivo de la escala. Meneses (2013) indica que es necesario elegir una teoría de los test para relacionar los fenómenos psicológicos y las puntuaciones obtenidas mediante los ítems que conforman el instrumento, para lo cual se optó la teoría clásica de los test.

Para evaluar la validez del contenido se realizó tres procesos de criterio de jueces (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014). Para el primero, se buscó a cinco sujetos representativos de la población a quienes se realizó una entrevista estructurada que evaluó la comprensión de los ítems, de las opciones y de las palabras empleadas (Ver anexo 3). Esta información se llevó a un análisis cualitativo de la información para conocer el alcance que puede tener el nuevo test. El segundo proceso consistió en la evaluación del test por jueces expertos en psicología clínica, familiar, crianza, lo cual permitió reestructurar algunos ítems en función de la experiencia como madre y reducirlos de 50 (Ver anexo 4) a 32, considerando la sencillez que deberían tener según el primer proceso. El último proceso contribuyó a refinar los ítems y mediante este procedimiento se estimó la V de Aiken para

cada ítem, según pertinencia, relevancia, claridad; así como también se evaluó la suficiencia de los reactivos para medir todo el constructo.

Con el test constituido por 32 (Ver anexo 5) ítems y 5 factores se realizaron dos estudios de campo. Con el primero, se empleó análisis factorial exploratorio (AFE) donde se encontró que el análisis paralelo propuso una estructura unidimensional. Con el segundo se utilizó análisis factorial confirmatorio. Cabe resaltar que el AFE se empleó como un estudio piloto.

En cuanto al procedimiento administrativo se partió de la elaboración del proyecto de investigación el cual fue aprobado por la Universidad Cesar Vallejo. Luego de esto se procedió a solicitar la autorización de los directores de cada institución educativa donde se realizaron los estudios de campo. Posteriormente procedió el análisis de datos, este consistió en tres etapas. La primera fue para el análisis exploratorio, se recolectaron 68 pruebas aplicadas en el colegio Ingeniería y 92 en la institución privada San Agustín. La segunda etapa fue para el análisis confirmatorio, se recolectó en la institución estatal María Auxiliadora 97 muestras, y los 99 restantes en el colegio San Vicente de Paul.

2.6. Métodos de análisis de datos

Como ya se mencionó anteriormente se seleccionaron cinco jueces en el tema materia de investigación para lo que se utilizó el Coeficiente V. De Aiken, con la finalidad de que los valores sean contrastados estadísticamente según la cantidad de jueces consultados. Se requiere de un grupo mínimo de cinco jueces y que por lo menos cuatro estén en concordancia para que el ítem sea válido, alcanzando coeficiente V iguales o superiores a 0.80, a un nivel de significación estadística de $p < 0.05$ (Navarro, 2009).

Existen distintos programas para analizar datos y en esencia su manejo es muy parecido (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014), para esta investigación se usó el programa SPSS, Factor Factor versión 10.3.01 (Ferrando & Lorenzo-Seva, 2017) y AMOS (Arbuckle, 2017).

En la parte de AFE se evaluaron el test de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y el test de esfericidad Bartlett, para el primero se consideraron aceptables valores mayores o iguales a .80 (Lloret-Segura, Ferreres-Traver, Hernández-Baeza & Tomás-Marco, 2014), mientras

que para el segundo el p valor tuvo que ser significativo al .05 (Everitt & Wykes, 2001, en Pérez & Medrano, 2010). Como método de estimación de factores se empleó Mínimos cuadrados no ponderados debido a la distribución no normal de los datos (Jung, 2013, en Lloret-Segura, et. al, 2014). Para conocer el número de factores se optó por el método del Análisis Paralelo en su forma óptima (Lorenzo-Seva, & Ferrando, 2006; Ferrando & Lorenzo-Seva, 2017). Se optó por reducir el instrumento de acuerdo a la matriz de correlación de Pearson, donde los ítems deben tener un coeficiente de correlación mayores o iguales a .20 (Anderson, Tatham & Black, 1999, en Pérez & Medrano, 2010).

En cuanto al análisis factorial confirmatorio se optó por seguir los pasos del sistema de ecuaciones estructurales (SEM, Medrano & Muñoz-Navarro, 2017). Para la especificación del modelo se probó el modelo unidimensional que propuso el análisis paralelo. Para la estimación del modelo se usó máxima verosimilitud dada la existencia de normalidad multivariada basada en coeficiente de Kurtosis de Mardia menor a 70 (Byrne, 2010). Para la normalidad univariada se consideró el rango -1.5 y +1.5 tanto en asimetría y kurtosis (Pérez & Medrano, 2010). Adicionalmente, se requiere que la correlación ítem-test corregida sea por lo menos de .20 (Ferrando & Anguiano-Carrasco, 2010).

En la evaluación del modelo se contó con un índice de bondad de ajuste absoluto, donde los valores de Chi Cuadrado sobre grados de libertad (χ^2/df) deben ser menores a 5 (Hair, Anderson, Tatham & Black, 1999, en Escobedo, Hernández, Estebané & Martínez, 2016). Adicionalmente, se emplearon el índice de ajuste comparativo (CFI) y el Índice de Tucker-Lewis (TLI), y el índice de Bondad de Ajuste (GFI) los cuales deben estar dentro del rango .90 y .95 (Schumacker & Lomax, 2010). Por último, se aplicó la Raíz Residual Estandarizada Cuadrática Media (SRMR) y el Error Cuadrático Medio de Aproximación (RMSEA), donde los valores aceptables son para SRMR<.05 y para RMSEA menores a .08 (Schumacker & Lomax, 2010).

En el análisis de la confiabilidad por consistencia interna se empleó el coeficiente omega, cuyos valores deben oscilar entre .70 y .90 (Campo-Arias & Oviedo, 2008).

2.7. Aspectos éticos

Como primer punto, cabe recalcar que se solicitó a las instituciones en cuestión poder elaborar este proceso con las madres pertenecientes a dichas entidades. Asimismo, mediante el uso del consentimiento informado, se les hizo presente a las evaluadas que su participación es de forma voluntaria y que los resultados de dicha prueba no serán divulgados por el respeto y consideración a la privacidad de los sujetos que participaron. En cuanto a las teorías del constructo, se respeta la originalidad por ello cabe aclarar que se emplearon adecuadamente las citas y referencias empleadas.

III. RESULTADOS

En cuanto a los resultados de la validez basada en el contenido, el primer proceso de los tres fue basado en la opinión, juicio y valoración de sujetos representativos de la muestra. Este análisis fue realizado de manera individual e independiente, en ello se pudo hallar que ninguna pregunta del cuestionario es incomprensible. El 80% de la muestra representativa opinó que las preguntas no resultan repetitivas y el 20% opinó que si hay algunas que lo son (especificó los ítems 49 y 50). Todos los sujetos aseguraron que el instrumento era comprensible en su totalidad y que las respuestas estaban claras y concisas. Asimismo, las evaluadas consideran que las opciones de respuesta: nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre; son comprensibles, incluso añadieron que le permiten responder con más facilidad porque son alternativas exactas; y que no existe en el cuestionario alguna palabra que no se haya comprendido. Así, el 100% de la muestra representativa considera que el cuestionario es interesante para responder, incluso una entrevistada añadió que la dejó reflexionando sobre el manejo de sus emociones.

Los hallazgos del segundo proceso de criterio de jueces expertos, fueron: la prueba de 50 reactivos era muy extensa para su aplicación y en ello coincidieron tres de los evaluados. Esto se debía a que habían reactivos muy similares, especialmente en los factores; habilidades de afrontamiento y competencia para autogenerarse emociones positivas. Con respecto a los ítems de la dimensión “autoconciencia de interacción”, se pudo hallar que debían ser más específicos y representativos del factor, antes de esa observación el primer ítem era: “me doy cuenta si tengo miedo” y se modificó de la siguiente manera: “Me doy cuenta si mis emociones influyen en mi manera de actuar”, teniendo en cuenta que su función era medir la capacidad para relacionar los pensamientos y emociones con la conducta. Asimismo, un juez experto sugirió reformular cada ítem de la dimensión y así se hizo, reduciéndolos de 10 a 5. Todos los jueces coincidieron en relacionar los reactivos con la experiencia como madre, ya que antes de ello los ítems estaban formulados de forma genérica, evolucionando de esta manera: “cuido no dañar a alguien cuando estoy enfadada” / “cuido no lastimar a mi hijo si estoy enfadada”, tomando en consideración que la prueba busca medir la variable en madres y en su experiencia como tal. De esta manera se redujo la

escala de 50 a 32 ítems, considerando únicamente los más fuertes y representativos del constructo.

Para el tercer proceso, se envió un documento a cinco jueces expertos en la variable, dicho formato componía una carta de presentación; definición conceptual de la variable y sus dimensiones; operacionalización de variables; certificado de validación del instrumento y la escala de regulación emocional materna. Para realizar el análisis se empleó el coeficiente V de Aiken, lo cual mide el grado en que los reactivos reflejan el contenido de los factores de la variable en una proporción adecuada (Escrura, 1989).

En la Tabla 3, se observan los estadísticos descriptivos y el análisis paralelo del análisis factorial exploratorio, concluyendo que existen adecuados valores para asumir un solo factor en la explicación de la variabilidad de las respuestas.

Tabla 3
Estadísticos descriptivos del Análisis Factorial Exploratorio

p	KMO	Análisis Paralelo
.001	.86	1 factor

Nota: p = Significancia estadística del Test de esfericidad de Bartlett, KMO= Medida de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin

En la Tabla 4 se observa que los ítems presentan variabilidad en las puntuaciones, ya que las personas marcaron tanto en el mínimo valor como en el máximo. Asimismo, se aprecia que existe una normalidad univariada, medida mediante la asimetría y la curtosis, excepto en el ítem 16. Por último, la correlación ítem-test corregida, evidencia que los ítems se relacionan adecuadamente con el test ($rit > .20$).

Tabla 4
Análisis descriptivo de los ítems de la Escala de Regulación Emocional Materna

	Min	Max	Media	DE	g1	g2	RIT
7.Cuando mi hijo hace una rabieta controlo mis emociones y espero que se calme	1	5	3.53	1.050	-0.256	- 0.323	0.458
11.Si algo me enoja espero el momento adecuado para conversarlo	1	5	3.63	1.042	-0.317	- 0.308	0.475

13. Respiro lentamente cuando necesito estar relajada	1	5	3.85	1.113	-0.619	-	0.385	0.465
14. Uso frases de aliento cuando atravieso situaciones difíciles	1	5	3.94	1.011	-0.659	-	0.153	0.456
16. Cuando estoy triste pero mi hija(o) está feliz, me contagio de su alegría	1	5	4.44	0.854	-1.578	2.493	-	0.408
21. Soy constante con las enseñanzas que le doy a mi hijo a pesar de las dificultades que se presenten	2	5	4.42	0.803	-1.142	0.275	-	0.371
22. Suelo traer a mi mente pensamientos positivos	2	5	4.30	0.820	-0.946	0.100	-	0.500
23. Tengo un lugar donde me puedo relajar	1	5	3.35	1.333	-0.277	-	0.927	0.421
24. Cuido no lastimar a mi hijo al expresarme cuando me siento enfadada	1	5	3.80	1.017	-0.496	-	0.120	0.469
27. Cuando mi hijo hace alguna travesura pienso: yo soy el adulto y él en un niño en formación	1	5	3.91	1.019	-0.520	-	0.518	0.524
29. Realizo actividades que me generan emociones positivas	1	5	4.06	1.051	-0.874	-	0.048	0.541
30. Cuando surge un problema pienso en las consecuencias que pueden ocasionar mis reacciones	1	5	3.84	1.003	-0.448	-	0.493	0.362
32. Toleró bien la frustración cuando quiero enseñarle algo a mi hijo(a) y no me entiende	1	5	3.69	0.992	-0.550	0.184	-	0.442

Nota. Min=Valor mínimo en el ítem, Max=Valor máximo en el ítem, DE= Desviación estándar, g^1 = Asimetría, g^2 = Curtosis, RIT=Correlación ítem-test corregida.

En la Tabla 5 se presentan valores estadísticos de estructura interna. Así, se muestra una adecuada aproximación entre el modelo teórico unidimensional y las puntuaciones de los participantes, donde χ^2/gl , GFI, CFI y RMSEA, obtuvieron valores aceptables según los autores considerados en el análisis de datos; sólo en SRMR, se observa que su valor se desvía ligeramente por encima de lo permitido.

Tabla 5
Índices de ajuste de la Escala de Regulación Emocional Materna

χ^2	gl	χ^2/gl	GFI	CFI	TLI	SRMR	RMSEA (IC 90%)
111.61	65	1.72	0.92	0.90	0.88	.06	0.061 (0.04- 0.08)

Nota. χ^2 : Chi cuadrado, gl: grados de libertad, GFI: Índice de Bondad de Ajuste, CFI: Índice de Ajuste Comparativo, TLI: Índice de Tucker-Lewis, SRMR: raíz residual estandarizada cuadrática media, RMSEA: error cuadrático medio de aproximación.

Continuando con la estructura interna, en la Tabla 6, se observan adecuados valores en las cargas factoriales. Esta misma tabla se presenta la confiabilidad por consistencia interna medida mediante el omega, el cual resultó dentro de los valores aceptables.

Tabla 6
Cargas factoriales estandarizadas y consistencia interna de la Escala de Regulación Emocional Materna

Ítem	
7. Cuando mi hijo hace una rabieta controlo mis emociones y espero que se calme	0.519
11. Si algo me enoja espero el momento adecuado para conversarlo	0.532

13.Respiro lentamente cuando necesito estar relajada	0.534
14.Uso frases de aliento cuando atravieso situaciones difíciles	0.524
16.Cuando estoy triste pero mi hija(o) está feliz, me contagio de su alegría	0.448
21.Soy constante con las enseñanzas que le doy a mi hijo a pesar de las dificultades que se presenten	0.412
22.Suelo traer a mi mente pensamientos positivos	0.506
23.Tengo un lugar donde me puedo relajar	0.465
24.Cuido no lastimar a mi hijo al expresarme cuando me siento enfadada	0.541
27.Cuando mi hijo hace alguna travesura pienso: yo soy el adulto y él en un niño en formación	0.592
29.Realizo actividades que me generan emociones positivas	0.581
30.Cuando surge un problema pienso en las consecuencias que pueden ocasionar mis reacciones	0.404
32.Tolero bien la frustración cuando quiero enseñarle algo a mi hijo(a) y no me entiende	0.486
	<i>Promedio de cargas factoriales</i>
	.50
	<i>Consistencia interna (ω)</i>
	.82

Nota: ω = Omega compuesto. En negrita la carga factorial más alta.

IV. DISCUSIÓN

Si bien, el objetivo general de este estudio fue construir y evaluar las propiedades psicométricas en un instrumento que mida la regulación emocional materna en San Juan de Lurigancho, pues los resultados de dicha evaluación revelaron un importante ajuste a la matriz unidimensional de 13 ítems, mediante la opinión de sujetos representativos de la muestra y a su vez de jueces expertos; análisis factorial exploratorio y confirmatorio; y confiabilidad.

Los resultados de la aplicación del instrumento aportan de forma positiva hacia la novedosa teoría de regulación emocional materna. Los reactivos que permanecieron reflejan la esencia del constructo. Por ejemplo, el primer ítem: “cuando mi hijo hace una rabieta controlo mis emociones y espero que se calme”, refleja el indicador de autocontrol emocional; el ítem 2: “Si algo me enoja espero el momento adecuado para conversarlo” representa a la capacidad de esperar el momento adecuado para expresar emociones, que uno de los indicadores importantes del factor. Asimismo, el indicador de disciplina se ve reflejado en el ítem numero 6: “soy constante con las enseñanzas que le doy a mi hijo a pesar de las dificultades que se presenten”. Así como ellos, los demás indicadores tales como habilidad para motivarse, adaptabilidad, capacidad para crear pensamientos positivos, tolerancia a la frustración, respeto por los demás, técnicas de relajación, capacidad de provocarse emociones y capacidad para anticiparse a las consecuencias; representan efectivamente al único factor: control y dominio de las emociones, lo cual se ajusta a la teoría de regulación emocional del autor (Bisquerra, 2009, 2012).

Así pues, se puede definir a la regulación emocional materna como la capacidad de manejar adecuadamente las emociones durante la crianza y convivencia con los hijos, con la finalidad de buscar una óptima experiencia como madre y mejor calidad de vida para los menores. El análisis de datos mostró que el constructo puede ser representado por una sola dimensión, esta se denominó “control o regulación emocional” y comprende el control de la ira, prevención de violencia o comportamientos de riesgo, tolerancia a la frustración para prevenir el estrés, ansiedad, depresión, entre otros. Además incluye la capacidad de perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades y la capacidad para aplazar recompensas inmediatas a favor de otras a largo plazo pero de más beneficio (Bisquerra,

2009, 2012). Todo ello está constituido por los indicadores que conforman el único factor del constructo.

La falta de regulación emocional en madres está ligada a factores tales como: socioeconómicos, según la investigación, el nivel de cultura y educación en estas poblaciones es deficiente. Además el dinero es imprescindible para cubrir vestimenta, alimentación, escolaridad, etc. Debido a que los mencionados son elementos imprescindibles, los aspectos psicológicos y emocionales pasan a segundo plano. Por otro lado, la baja regulación emocional está también relacionada al tipo de familia. Por ejemplo, si hablamos de una familia monoparental y la madre debe lidiar con aspectos no solo de crianza, si no también económicos y a su vez asuntos laborales, es altamente probable que el estrés y cansancio impidan que su capacidad de regularse sea efectiva, impactando en la crianza de los hijos de forma negativa (Fritsch, Montt, Solfs, Pilowsky, & Rojas, 2007). Asimismo, en una familia numerosa la demanda de atención y tiempo para los hijos es mayor, lo que podría generar que la madre descuide aspectos íntimos de ella misma ya que dedican su vida a la crianza y cuidados de los hijos de forma casi exclusiva (Chinchilla, 2008). Y pues, la madre debe estar bien y sentirse plena como mujer, porque cumple un rol importante como propiciadora de la salud mental de sus hijos (Ochoa, Cruz, & Moreno, 2015).

Si bien la escala de regulación emocional materna planteó el modelo unidimensional, se podría trazar otros objetivos con la finalidad de probar distintos modelos teóricos para la variable, como considerar los diversos escenarios de maternidad como factores para un modelo diferente, por ejemplo; durante el embarazo, durante la lactancia, los cuidados en los primeros años, la etapa escolar y la realización de las tareas, los cuidados alimenticios, el tiempo lúdico con los hijos, entre otros. Sin dejar de lado el hecho de que la madre también es un ente individual y es importante tomarse tiempo para sí misma.

De hecho, en esta investigación se encontraron algunas limitaciones. El caso del muestreo, fue no probabilístico de tipo intencional en una muestra de madres de tres colegios en San Juan de Lurigancho, lo que podría significar que el modelo es aplicable a personas con similares características. En cuanto a la confiabilidad, se podría probar distintos

coeficientes al omega, y otros métodos para estudiarla. Incluso, sería positivo aumentar la muestra con la finalidad de estimar el posible sesgo del instrumento.

V. CONCLUSIONES

A partir de los objetivos planteados al inicio de esta investigación, se concluye lo siguiente.

- De acuerdo a la validez de contenido se ejecutó en tres procesos, obteniendo en la tercera etapa la concordancia de los jueces por el coeficiente v de Aiken con resultados entre 0.60 a 1.
- En cuanto a la validez por estructura interna se observaron adecuados valores en las cargas factoriales.
- Con referencia a la confiabilidad por consistencia interna medida mediante el omega, el cual resultó dentro de los valores aceptables (.82).
- Por lo que se concluye que la escala de regulación emocional materna [REGEM] presenta propiedades psicométricas adecuadas en su validez y confiabilidad para ser aplicadas en madres del distrito de San Juan de Lurigancho.

VI. RECOMENDACIONES

Con respecto a la teoría, se recomienda seguir investigando acerca de las bondades y complejidades de la maternidad, con enfoque en el aspecto emocional, para así poder seguir generando información sobre ello, en las distintas etapas tales como embarazo, post parto y crianza. Tomando en cuenta que es la madre el pilar de sus hijos.

Sobre la base de los resultados, discusión y conclusiones, se recomienda desarrollar nuevas investigaciones haciendo uso del nuevo instrumento REM con la finalidad de determinar su capacidad para realizar valoraciones en el ámbito clínico.

Asimismo, se sugiere seguir evaluando sus propiedades psicométricas, considerando madres de otras zonas geográficas, para establecer la generalidad de los resultados y poder lograr datos cada vez más precisos, estos permitirán calificar mejor a la población evaluada.

Se propone realizar investigaciones en las que se relacione el constructo con otras variables que generen resultados vinculados a la conducta emocional durante la maternidad.

Finalmente, en consideración al proceso de recolección de datos, se sugiere buscar ambientes apropiados para aplicar el instrumento, con la finalidad de controlar las variables externas y asegurar resultados más válidos y confiables.

VII. REFERENCIAS

- Adam, G. (2013). *Depresión postparto, hostilidad y hábitos de salud*. (Tesis doctoral), Universidad autonoma de Barcelona, Barcelona. Obtenido de <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/283215/gat1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Aguilar, V. (2017). *Propiedades psicometricas de la escala de Alexitimia de Toronto en estudiantes universitarios de la ciudad de Trujillo*. (Tesis de licenciatura), Universidad Cesar Vallejo, Trujillo. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/292/aguilavpv.pdf?sequence=1>
- Aispuro, M. (2001). *Mujer y maltrato infantil: Bajo que circunstancias las mujeres maltratan a las y los menores*. (Tesis de Maestría), Universidad Autonoma de Nuevo Leon, Mexico. Recuperado de <http://eprints.uanl.mx/799/1/1080095118.PDF>
- Alarcón, R. (2013). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento*. Perú: Lima Universitaria.
- Alberici, A., & Paolo, S. (2005). *Competencias y formación en la edad adulta. Balance de competencias*. Barcelona: Laertes.
- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, vol 29, n° 3, 1038 - 1059. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/167/16728244043.pdf>
- Azar, S., & Cote, L. (2002). Sociocultural issues in the evaluation of the needs of children in custod decision making: What do our current frameworks for evaluating parenting practices have to offer? *International journal of law and psychiatry*, 193-217.
- Barragan, A., & Morales, C. (2014). Psicología de las emociones positivas: Generalidades y beneficios. *Enseñanza e investigación en psicología*, 19, 103-118. Obtenido de <http://www.redalyc.org/pdf/292/29232614006.pdf>
- Bayot, A. (2008). *Evaluación de la competencia parental*. Madrid: CEPE.
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R. (2012). *Orientación, tutoría y educación emocional*. Madrid: Síntesis.
- Bisquerra, R., & Perez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI*, 10, 61-82. Recuperado de <http://www.ub.edu/grop/wp-content/uploads/2014/03/Las-competencias-emocionales.pdf>
- Bonnano, G., & Mayne, T. (2001). *Emotions current issues and future directions*. New York: The Guildford Press.

- Bretel, C. (2017). *Representaciones mentales sobre la maternidad en un grupo de madres primerizas de Lima Metropolitana*. (Tesis de licenciatura), Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima.
- Cáceres, F. d., Molina, G., & Ruiz, M. (2014). Maternidad: un proceso con distintos matices y construcción de vínculos. *AQUICHAN*, 14, 316-326.
- Capano, Á., & Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres. *Ciencias psicológicas*, VII, 83-95.
- Cecchini, J., Méndez, A., & Cristina, G. (2018). Validación del cuestionario de inteligencia emocional en educación física. *Revista de Psicología del deporte*, 27, 87-96. Recuperado de https://www.rpd-online.com/article/view/v27-n1-cecchini-estrada-mendez-et-al/Cecchini_Estrada_Mendezetal
- Chinchilla, A. (2008). *La depresión y sus máscaras*. España: Médica Panamericana.
- Chóliz, M., Palmero, F., Fernández, E., & Martínez, F. (2002). *Psicología de la motivación y la emoción*. Madrid: McGraw Hill.
- Comellas, M. J. (2009). *Familia y escuela: compartir la educación*. Barcelona: Graó.
- Contreras, F., & Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas*, 2, 311- 319. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/679/67920210.pdf>
- Córdoba, E., & Petit, L. (2012). Construcción de un instrumento de bienestar psicológico laboral. *V Congreso internacional de investigación y práctica profesional en psicología XIX*. Recuperado de <https://www.academica.org/000-072/392.pdf>
- De Zubiría, M. (2010). *Ser mejores padres*. Colombia: Ecoe producciones.
- Eluosa, P. (2003). Sobre la validez de los tests. *Psicothema*, Vol 15, n° 2, pp 315-321. Recuperado de <http://www.psicothema.es/pdf/1063.pdf>
- Escurra, L., Delgado, A., Quesada, M., Rivera, J., Santos, J., Rivas, G., & Pequeña, J. (2000). Construcción de una prueba de inteligencia emocional. *Revista de Investigación en Psicología*, Vol. 3, n° 1, pp. 71-85.
- Feldman, R. (2002). *Introducción a la psicología*. Madrid: McGraw Hill Interamericana.
- Fernández, E. (2008). *Emociones positivas*. Madrid: Editoriales: Pirámide.
- Fernández, R. (2013). *Satisfacción materna con el parto y puerperio relacionada con la atención hospitalaria*. Universidad de Oviedo. Recuperado de <http://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/10651/28566/6/TFG%20RosaFernandezRigada.pdf>
- Flores, R., & Díaz, N. (2011). *¿Quién dijo que ser mamá o papá era fácil? Porque educar a niñas y niño es cosa de mujeres y hombres*. Universidad Nacional Autónoma de

- México. México: Puentes para crecer. Recuperado de http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/Quien_dijo_que_ser_mama_era_facil.pdf
- Fredrickson, B. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American psychologist*, 56, 218-226. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3122271/>
- Fritsch, R., Montt, M., Solfs, J., Pilowsky, D., & Rojas, M. (2007). ¿Cómo es la salud mental de los hijos de madres deprimidas consultantes a servicios de atención primaria? *Rev Méd Chile*, 135, 602-612. Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872007000500008
- Gable, S., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of general psychology*, 9, 103-110. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/228341568_What_and_Why_Is_Positive_Psychology
- Gargurevich, R., & Lennia, M. (2010). Propiedades psicométricas del cuestionario de autorregulación emocional adaptado para el Perú (ERQP). *Revista Psicología*, 12, 192-215. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/236220003_PROPIEDADES_PSICOMETRICAS_DEL_CUESTIONARIO_DE_AUTORREGULACION_EMOCIONAL_ADAPTADO_PARA_EL_PERU_ERQP
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairos.
- Goleman, D., Boyatzis, R., & Mckee, A. (2002). *El líder resonante crea mas*. Barcelona: Plaza y Janes.
- González, M. (2007). *Instrumentos de evaluación psicológica*. Ciudad de la Habana: Ciencias Médicas.
- Gratz, K., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assesment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, Vol. 26 - 1. Recuperado de <http://www.psychwiki.com/dms/other/labgroup/Measu235sdgse5234234resWeek2/Danika2/gratz2004.pdf>
- Gutman, L. (2015). *La maternidad y el encuentro con la propia sombra*. Barcelona: Grupo Editorial Planeta.
- Hamui, A. (2013). Un acercamiento a los métodos mixtos de investigación en educación médica. *Elsevier*, Vol 2 (8), pp. 211 - 216. Recuperado de <http://www.elsevier.es/es-revista-investigacion-educacion-medica-343-pdf-S2007505713727145>

- Henao, G., & García, M. C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 7 núm 2, 785 - 802. Recuperado de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20130711104715/ArtGloriaCeciliaHenaoLopez.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (Vol. 6ta ed.). México D.F.: McGraw-Hill.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta ed ed.). México: McGraw Hill.
- Hidalgo, V., & Menendez, S. (2009). Apoyo a las familias durante el proceso de transición a la maternidad y paternidad. *Familia*, 133-152. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/60650966.pdf>
- Huamani, A., & Saravia, L. (2017). *Adaptación psicométrica de la escala de dificultades en la regulación emocional en adolescentes*. (Tesis de bachiller), Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Arequipa. Recuperado de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/3525>
- Levy, N. (2001). *La sabiduría de las emociones*. Barcelona: Plaza & Janes.
- Loizaga, F. (2011). Parentalidad positiva. Las bases de la construcción de la persona. *Educación social*, 49, 70 - 88. Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/EducacioSocial/article/viewFile/250179/369144>
- López, F. (2008). *Necesidades en la infancia y en la adolescencia: Respuesta familiar, escolar y social*. Madrid: Pirámide.
- Maganto, C., & Maganto, J. (2010). *Como potenciar las emociones positivas y afrontar las negativas*. Madrid: Ediciones Piramide.
- Martinez Arias, R., Hernández, J., & Hernández, V. (2014). *Psicometría*. Madrid: Editorial Alianza.
- Medina, E. (2013). Diferencias entre la depresión postparto, psicosis postparto y la tristeza postparto. *Perinatol Reprod Hum*, Vol. 27 (3), 185-193. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/inper/ip-2013/ip133h.pdf>
- Medrano, L., & Trógolo, M. (2014). Validación de la escala de dificultades en regulación emocional en la población universitaria de Córdoba, Argentina. *Universitas Psychologica*, 13, 1345-1356. Recuperado de <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/5406/9936>
- Meneses, J. (2013). *Psicometría*. Barcelona: EDITORIAL UOC.
- Mestre, J., & Fernández, P. (2010). *Manual de inteligencia emocional*. España: Pirámide.
- Moreta, R., Durán, T., & Gaibor, I. (2018). Estructura factorial y fiabilidad del cuestionario de regulación emocional (ERQ) en una muestra de estudiantes del Ecuador. *Revista*

- Latinoamericana de Ciencias Psicológica*, 10, 1-15. Recuperado de http://www.psiencia.org/psiencia/10/2/24/PSIENCIA_Revista-Latinoamericana-de-Ciencia-Psicologica_10-2_Moreta-Herrera-et-al.pdf
- Navarro, C., & Gómez, C. (2016). Autoestima y autoimagen de las mujeres en el postparto. *MEDICINA NATURISTA*, Vol. 10, 28-33. Recuperado de [file:///C:/Users/Wilifredo%20Castillo/Downloads/Dialnet-AutoestimaYAutoimagenDeLasMujeresEnElPostparto-5302216%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Wilifredo%20Castillo/Downloads/Dialnet-AutoestimaYAutoimagenDeLasMujeresEnElPostparto-5302216%20(1).pdf)
- Ochoa, C., Cruz, A., & Moreno, N. (2015). Depresión en la mujer: ¿Expresión de la realidad actual? *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, Vol. 6 (1), 113 -135.
- Oberman, A. (2004). Historia de las madres en occidente: repensar la maternidad. *Psicodebate 5. Psicología, cultura y sociedad*, 115-129.
- Pacussich, A. (2015). *Factores predominantes en las prácticas de crianza de los padres de familia de los estudiantes de 3er grado de primaria del colegio Santa Angela en Salamanca Lima*. (Tesis de maestría en educación), Universidad de Piura, Piura. Recuperado de https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2288/MAE_EDUC_143.pdf?sequence=1
- Pardo, S. (2017). *Propiedades psicométricas de la escala de Felicidad de Lima en estudiantes de nivel secundario en colegios adventistas de Trujillo*. (Tesis de licenciatura), Universidad Cesar Vallejo, Trujillo.
- Pérez, N., Bisquerra, R., Filella, G., & Soldevilla, A. (2010). Contrucción del cuestionario de desarrollo emocional de adultos. *REOP*, Vol. 2, N° 2, pp. 367-379.
- Quintana, J. (2017). *Adaptación del inventario de inteligencia emocional Conociendo mis emociones en adolescentes San Juan de Lurigancho, Lima 2017*. (Tesis de licenciatura), Universidad Cesar Vallejo, Lima. Recuperado el 19 de Octubre de 2018, de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/11888/Quintana_GJL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Ramírez, A., Ferrando, M., & Sainz, A. (2015). ¿Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo emocional de sus hijos escolarizados en 2do ciclo de educación infantil? *Acción Psicológica*, 12, núm 1, 65-78. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3440/344041426007.pdf>
- Rejane, N., Matos, N., & Rosa, D. (2010). Cuerpo y sexualidad: experiencia de puérperas. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 18 (4), 8. Recuperado de http://www.scielo.br/pdf/rlae/v18n4/es_11.pdf
- Salovey, P., & Sluyter, D. (1997). *Emotional development and emotional intelligence. Educational Implications*. Nueva York: Basic Books.

- Schroeder, G. (2005). *Autoconcepto, emociones y sentido de vida de mujeres con cancer de mama*. (Tesis de Maestría), Universidad Iberoamericana, Mexico, DF. Recuperado de <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014627/014627.pdf>
- Seligman, M. (2003). *La autentica felicidad*. Barcelona: Vergara.
- Sheldon, K., & Kasser, T. (2001). Goals, congruence and positive well-being. New empirical support for humanistic theories. *Journal of humanistic psychology, 41*, 30 - 50. Recuperado de http://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2001_SheldonKasser_JHS.pdf
- Silva, J. (2003). Biología de la regulación emocional: su impacto en la psicología del afecto y la psicoterapia. *Terapia Psicológica, 21*, 163:172. Recuperado de <https://docplayer.es/1245305-Biologia-de-la-regulacion-emocional-su-impacto-en-la-psicologia-del-afecto-y-la-psicoterapia.html>
- Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología: el modelo de vulnerabilidad/resiliencia. *Chil Neuro-psiquiat, 43(3)*, 201-209. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=331527698004>
- Souto, M. Desarrollo de competencias emocionales en la educación superior. (Tesis doctoral). Universitat Rovira i Virgili, España.
- Tamayo, M., & Tamayo, C. (2004). *El proceso de la investigación científica*. México: Limusa, S.A.
- Torío, S., Peña, J., & Rodríguez, M. d. (2008). Estilos educativos parentales, revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Teoría educativa, 20*, 151-178. Recuperado de https://gredos.usal.es/jspui/bitstream/10366/71805/1/Estilos_educativos_parentales_revision_b.pdf
- Velasco, F. (1999). *Características maternas, estrés de la crianza, estimulación y desarrollo del niño: un modelo descriptivo*. (Tesis de licenciatura), Universidad de Sonora, Sonora. Recuperado de <https://www.ciad.mx/archivos/desarrollo/publicaciones/Tesis%20asesoradas/Licenciatura/24.pdf>
- Vera, B. (2006). Psicología positiva: Una nueva forma de entender la psicología. *Papeles del psicólogo, 27*, 3-8. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/778/77827102.pdf>
- Vizental, M. (2012). *Maternaje y relacion temprana madre-bebe en una muestra de madres primerizas latinoamericanas residentes en la ciudad de Miami*. Universidad de Palermo, Buenos Aires. Recuperado de https://dspace.palermo.edu:8443/bitstream/handle/10226/1683/Vizental_Tesis_CC.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Zurdo, M. (2013). Autoeficacia materna percibida y actitud de soporte en la interacción madre-hijo. Concepto, medición y relaciones entre sí. *Miscelánea Comillas*, 71, 419-444. Recuperado de <https://revistas.upcomillas.es/index.php/miscelaneacomillas/article/download/2263/1989>

VIII. ANEXOS

Anexo 1: Escala de Regulación emocional materna – Modelo Final

REGULACIÓN EMOCIONAL MATERNA

Edad: _____ **Tengo** ____ **hijo/a (s) de las edades** _____

INSTRUCCIONES: En este cuestionario encontrarás enunciados referentes a maneras de pensar, sentir y actuar en tu experiencia como madre de **hijos menores de 12 años**. Lee cada una con mucha atención para marcar la respuesta que mejor te identifica.

OPCIONES DE RESPUESTA:

Siempre = S
Casi siempre = CS
A veces = AV
Casi Nunca = CN
Nunca = N

Preguntas	N	CN	AV	CS	S
Cuando mi hijo hace una rabieta controlo mis emociones y espero que se calme	N	CN	AV	CS	S
Si algo me enoja espero el momento adecuado para conversarlo	N	CN	AV	CS	S
Respiro lentamente cuando necesito estar relajada	N	CN	AV	CS	S
Uso frases de aliento cuando atravieso situaciones difíciles	N	CN	AV	CS	S
Cuando estoy triste pero mi hija(o) está feliz, me contagio de su alegría	N	CN	AV	CS	S
Soy constante con las enseñanzas que le doy a mi hijo a pesar de las dificultades que se presenten	N	CN	AV	CS	S
Suelo traer a mi mente pensamientos positivos	N	CN	AV	CS	S
Tengo un lugar donde me puedo relajar	N	CN	AV	CS	S
Cuido no lastimar a mi hijo al expresarme cuando me siento enfadada	N	CN	AV	CS	S
Cuando mi hijo hace alguna travesura pienso: yo soy el adulto y él en un niño en formación	N	CN	AV	CS	S
Realizo actividades que me generan emociones positivas	N	CN	AV	CS	S
Cuando surge un problema pienso en las consecuencias que pueden ocasionar mis reacciones	N	CN	AV	CS	S
Hago uso de recuerdos agradables cada vez que deseo sentirme alegre	N	CN	AV	CS	S

Tolero bien la frustración cuando quiero enseñarle algo a mi hijo(a) y no me entiende	N	CN	AV	CS	S
---	---	----	----	----	---

Anexo 2: Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo acepto participar voluntariamente en este proyecto de investigación, por lo que no recibiré ningún incentivo económico. Entiendo que la finalidad de la misma es conocer la percepción de regulación emocional materna, lo cual consiste en la capacidad de manejar adecuadamente las emociones. También sé que los resultados de la investigación aparecerán de manera grupal, no individual. Las respuestas del cuestionario son de carácter reservado y nadie tendrá acceso a ellas. Por ello, después de haber leído y entendido este consentimiento informado, concedo mi conformidad para participar en la investigación.

Fecha:

Firma del participante

Anexo 3: Cuestionario de comprensión de ítems

CREACIÓN DEL CUESTIONARIO DE REGULACIÓN EMOCIONAL MATERNA EN MADRES DE SAN JUAN DE LURIGANCHO LIMA, 2018

(Cuestionario diseñado por: Castillo Otero Cristina)

Asesor: Rodas Vera, Nikolai Martin

1. ¿Consideras que hay una o más preguntas que no son comprensibles?

Sí	No	¿Cuál (es)?:
----	----	--------------

2. ¿Consideras que una o más preguntas resultan repetitivas dentro del cuestionario?

Sí	No	¿Cuál (es)?:
----	----	--------------

3. ¿Crees que el cuestionario es comprensible en su totalidad?

Sí	No	¿Por qué?:
----	----	------------

4. ¿Las opciones (nunca, casi nunca, casi siempre, siempre) de respuesta son comprensibles para ti?

Sí	No	¿Por qué?:
----	----	------------

5. ¿Consideras que las opciones de respuesta son suficientes para contestar las preguntas?

Sí	No	¿Por qué?:
----	----	------------

6. ¿Hay algún término o palabra que no hayas comprendido bien?

Sí	No	¿Cuál (es)?:
----	----	--------------

7. ¿Los ítems del cuestionario te resultan interesantes de responder?

Sí	No	¿Por qué?:
----	----	------------

Anexo 4: Escala de Regulación Emocional Materna – Modelo 32 ítems

REGULACIÓN EMOCIONAL MATERNA

Mi nombre es _____

Edad: _____ **Tengo** _____ **hijo/a (s) de las edades** _____

INSTRUCCIONES: En este cuestionario encontrarás enunciados referentes a maneras de pensar, sentir y actuar en tu experiencia como madre de hijos menores a 12 años. Lee cada una con mucha atención para marcar la respuesta que mejor te identifica.

OPCIONES DE RESPUESTA:

Siempre = S
 Casi siempre = CS
 A veces = AV
 Casi Nunca = CN
 Nunca = N

Nº	Preguntas	N	CN	AV	CS	S
1.	Me he dado cuenta que mi estado de ánimo influye en mi forma de actuar con mis hijos.	N	CN	AV	CS	S
2.	Si siento miedo lo digo de manera tranquila tratando de no asustar a mis hijos	N	CN	AV	CS	S
3.	Si le niego a mi hijo el celular (u otra cosa) soy firme aunque este llorando	N	CN	AV	CS	S
4.	Pienso que soy capaz de hacer de mi hijo una buena persona	N	CN	AV	CS	S
5.	Me doy cuenta cuándo mis pensamientos exageran mi molestia.	N	CN	AV	CS	S
6.	Cuando me molesto con mi hijo(a) le explico de manera calmada por qué me siento así	N	CN	AV	CS	S
7.	Cuando mi hijo hace una rabieta controlo mis emociones y espero que se calme	N	CN	AV	CS	S
8.	Cuando debo resolver un conflicto invento más de una alternativa	N	CN	AV	CS	S
9.	Reconozco que premio sin que se lo haya ganado, cuando estoy contenta	N	CN	AV	CS	S
10.	Me doy cuenta que corrijo a mis hijos en función a mis emociones del momento	N	CN	AV	CS	S
11.	Si algo me enoja espero el momento adecuado para conversarlo	N	CN	AV	CS	S
12.	Cuando ocurre algo desagradable logro mantener la calma	N	CN	AV	CS	S
13.	Respiro lentamente cuando necesito estar relajada	N	CN	AV	CS	S
14.	Uso frases de aliento cuando atravieso situaciones difíciles	N	CN	AV	CS	S
15.	Soy consciente de que no soy firme con los castigos si estoy de buen humor	N	CN	AV	CS	S
16.	Cuando estoy triste pero mi hija(o) está feliz, me contagio de su alegría	N	CN	AV	CS	S
17.	Pienso que las dificultades traen lecciones valiosas	N	CN	AV	CS	S
18.	Todas las semanas hago algo que realmente disfruto	N	CN	AV	CS	S

19.	Puedo sentirme feliz cuando así lo deseo	N	CN	AV	CS	S
20.	Expreso mi felicidad si veo a mi hija(o) feliz	N	CN	AV	CS	S
21.	Soy constante con las enseñanzas que le doy a mi hijo a pesar de las dificultades que se presenten	N	CN	AV	CS	S
22.	Suelo traer a mi mente pensamientos positivos	N	CN	AV	CS	S
23.	Tengo un lugar donde me puedo relajar	N	CN	AV	CS	S
24.	Cuido no lastimar a mi hijo al expresarme cuando me siento enfadada	N	CN	AV	CS	S
25.	Actúo rápidamente sin pensar las cosas como debería	N	CN	AV	CS	S
26.	Recuerdo mis logros para sentir orgullo	N	CN	AV	CS	S
27.	Cuando mi hijo hace alguna travesura pienso: yo soy el adulto y él en un niño en formación	N	CN	AV	CS	S
28.	Suelo reaccionar de forma impulsiva cuando me molesto	N	CN	AV	CS	S
29.	Realizo actividades que me generan emociones positivas	N	CN	AV	CS	S
30.	Cuando surge un problema pienso en las consecuencias que pueden ocasionar mis reacciones	N	CN	AV	CS	S
31.	Hago uso de recuerdos agradables cada vez que deseo sentirme alegre	N	CN	AV	CS	S
32.	Tolero bien la frustración cuando quiero enseñarle algo a mi hijo(a) y no me entiende	N	CN	AV	CS	S

Anexo 4: Escala de Regulación Emocional Materna – Modelo 50 ítems

REGULACIÓN EMOCIONAL MATERNA

Mi nombre es _____

Edad: _____ Tengo ____ hijo/a (s).

INSTRUCCIONES: En este cuestionario encontrarás enunciados referentes a maneras de pensar, sentir y actuar. Lee cada una con mucha atención para marcar la respuesta que mejor te identifica.

OPCIONES DE RESPUESTA:

Siempre = S
Casi siempre = CS
A veces = AV
Nunca = N

Nº	Preguntas	S	CS	AV	N
1.	Me doy cuenta cuando tengo miedo	S	CS	AV	N
2.	Sé cuándo mi estado de ánimo influye en mi manera de actuar	S	CS	AV	N
3.	Evito hacer una broma cuando me están contando algo triste	S	CS	AV	N
4.	Si algo me enoja espero el momento adecuado para conversarlo	S	CS	AV	N
5.	Me preocupo porque tengo muchas cosas que hacer	S	CS	AV	N
6.	Cuando quiero hacer dieta, soy perseverante	S	CS	AV	N
7.	Soy creativa para resolver un conflicto, invento más de una alternativa	S	CS	AV	N
8.	Todas las semanas hago algo que realmente disfruto	S	CS	AV	N
9.	Pienso y me digo que soy afortunada	S	CS	AV	N
10.	Puedo sentirme emocionada por voluntad propia	S	CS	AV	N
11.	Puedo reconocer cuando estoy enojada	S	CS	AV	N
12.	Reconozco que imaginar un lugar calmado y agradable me genera satisfacción	S	CS	AV	N
13.	Cuando me molesto con mi hijo(a) le explico de manera calmada por qué me siento así	S	CS	AV	N
14.	Me incomoda si expreso mi fe y amor a Dios y alguien no está de acuerdo	S	CS	AV	N
15.	Puedo controlarme cuando me ocurre algo desagradable	S	CS	AV	N

16.	Cuando voy de compras y tengo bastante dinero, compro más de lo que necesito	S	CS	AV	N
17.	Si mi hijo(a) hace alguna travesura le explico de manera calmada que eso estuvo mal	S	CS	AV	N
18.	Como 5 verduras y/o frutas diarias	S	CS	AV	N
19.	Uso palabras adecuadas para animarme a seguir adelante	S	CS	AV	N
20.	Soy sensible a los comentarios ajenos	S	CS	AV	N
21.	Reconozco cuando alguien se siente triste	S	CS	AV	N
22.	Acepto que pensar en deudas me genera preocupación	S	CS	AV	N
23.	Si siento miedo lo digo de manera tranquila para no asustar a los demás	S	CS	AV	N
24.	Cuando estoy triste pero mi hija(o) está feliz, me acomodo a su humor	S	CS	AV	N
25.	Cuando estoy haciendo cola, espero mi turno con paciencia	S	CS	AV	N
26.	Si un amigo/a me ofendió, busco la manera de hacerle lo mismo	S	CS	AV	N
27.	Puedo resolver un problema sin desesperarme	S	CS	AV	N
28.	Hago ejercicio al menos dos veces por semana	S	CS	AV	N
29.	Me digo a mi misma lo capaz que soy	S	CS	AV	N
30.	Identifico si mi hija (o) se siente enfadada (o)	S	CS	AV	N
31.	Reconozco que recordar un asalto me hace estar alerta	S	CS	AV	N
32.	Expreso y siento felicidad si veo a mi hija(o) feliz	S	CS	AV	N
33.	Cuando me siento triste lo disimulo para que mi hijo(a) no se sienta igual	S	CS	AV	N
34.	Pienso que las dificultades son para crecer en la vida	S	CS	AV	N
35.	Soy capaz de reírme de mis errores y fracasos	S	CS	AV	N
36.	Uso una agenda o notas para organizar mis actividades	S	CS	AV	N
37.	Sé bien que respirar lentamente me ayuda a estar más tranquila	S	CS	AV	N
38.	Me lamento de no tener cualidades que otros tienen	S	CS	AV	N
39.	Pienso que soy capaz de lograr mis metas	S	CS	AV	N
40.	Reconozco si mis prejuicios influyen en como trato a las personas	S	CS	AV	N
41.	Sé que pensar en un terremoto me hace sentir asustada	S	CS	AV	N

42.	Si llego molesta a una reunión familiar me adapto a la celebración	S	CS	AV	N
43.	Cuido no dañar a alguien cuando me siento enfadada	S	CS	AV	N
44.	Actúo rápidamente y no pienso las cosas como debería	S	CS	AV	N
45.	Cuando fracaso en algo lo supero con facilidad	S	CS	AV	N
46.	Tengo un lugar donde me puedo relajar	S	CS	AV	N
47.	Me gusta cocinar y preparar comidas nutritivas	S	CS	AV	N
48.	Cuando me encuentro en problemas me hundo y espero lo peor	S	CS	AV	N
49.	Suelo imaginarme en situaciones bonitas para sentirme feliz	S	CS	AV	N
50.	Suelo traer a mi mente pensamientos positivos	S	CS	AV	N

Anexo 6: Carta de solicitud de validación de instrumento por juicio de expertos

CARTA DE SOLICITUD DE VALIDACIÓN

Señor:

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE UN INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTOS.

Es grato comunicarme con usted para expresarle mis saludos y asimismo, hacer de su conocimiento que siendo estudiante de la escuela de psicología la UCV, en la sede de San Juan de Lurigancho, promoción 2019, requiero validar el instrumento con el cual recogeré la información necesaria para poder desarrollar la investigación para optar el título profesional de Licenciada en Psicología.

El título del proyecto de investigación es: ***“Construcción y evaluación de las propiedades psicométricas de la escala de regulación emocional materna en mujeres de Lima San Juan de Lurigancho - 2019”*** y siendo imprescindible contar con la aprobación de docentes especializados para poder aplicar los instrumentos en mención, he considerado conveniente recurrir a usted, ante su connotada experiencia en tema de psicología, educación y/o investigación.

El expediente de adaptación, que le hago llegar contiene lo siguiente:

- Carta de presentación.
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones.
- Matriz de operacionalización de las variables.
- Certificado de validación del instrumento.
- Protocolo de evaluación del instrumento

Expresándole mis sentimientos de respeto y consideración, me despido de usted, no sin antes agradecerle por la atención que dispense a la presente.

Atentamente.

Firma
Cristina Castillo Otero
DNI: 46919399