



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas.
Centro Deportivo Olmedo. Riobamba 2022.**

Trabajo de Titulación para optar al título de Psicología Clínica

Autor:

Ivana Micaela Logroño Porras
Dany Javier Padilla Buñay

Tutor:

Mgs. Ángel Gustavo Llerena Cruz

Riobamba, Ecuador. 2023

DERECHOS DE AUTORÍA

Nosotros, Dany Javier Padilla Buñay con cédula de ciudadanía 0605782416 y Ivana Micaela Logroño Porras con cédula de ciudadanía 0605062702, autores del trabajo de investigación titulado: **Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas. Centro Deportivo Olmedo. Riobamba, 2022**, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

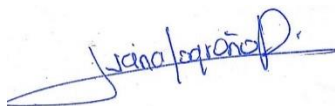
Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 02 de mayo de 2023



Dany Javier Padilla Buñay

C.I: 0605782416



Ivana Micaela Logroño Porras

C.I: 0605062702

DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR Y MIEMBROS DE TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado del trabajo de investigación **Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas. Centro Deportivo Olmedo. Riobamba, 2022**, presentado por Dany Javier Padilla Buñay, con cédula de identidad número 0605782416, emitimos el DICTAMEN FAVORABLE, conducente a la APROBACIÓN de la titulación. Certificamos haber revisado y evaluado el trabajo de investigación y cumplida la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 02 de mayo de 2023

Dr. Byron Alejandro Boada Aldaz
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



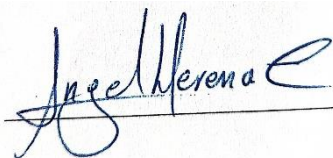
Firma

Mgs. Verónica Adriana Freire Palacios
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



Verónica Freire P

Mgs. Ángel Gustavo Llerena Cruz
TUTOR



CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación **Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas. Centro Deportivo Olmedo. Riobamba, 2022**, presentado por Dany Javier Padilla Buñay, con cédula de identidad número 0605782416, bajo la tutoría de Mg. Ángel Gustavo Llerena Cruz; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 02 de mayo de 2023

Presidente del Tribunal de Grado

Dra. Rosario Isabel Cando Pilatuña



Firma

Miembro del Tribunal de Grado

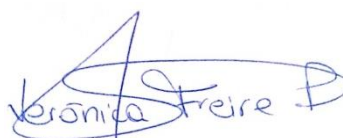
Dr. Byron Alejandro Boada Aldaz



Firma

Miembro del Tribunal de Grado

Mgs. Verónica Adriana Freire Palacios



Firma

DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR Y MIEMBROS DE TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado del trabajo de investigación **Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas. Centro Deportivo Olmedo. Riobamba, 2022**, presentado por Ivana Micaela Logroño Porras, con cédula de identidad número 0605062702, emitimos el DICTAMEN FAVORABLE, conducente a la APROBACIÓN de la titulación. Certificamos haber revisado y evaluado el trabajo de investigación y cumplida la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 02 de mayo de 2023

Dr. Byron Alejandro Boada Aldaz
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



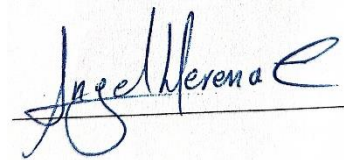
Firma

Mgs. Verónica Adriana Freire Palacios
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



Verónica Freire P

Mgs. Ángel Gustavo Llerena Cruz
TUTOR



CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación **Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas. Centro Deportivo Olmedo. Riobamba, 2022**, presentado por Ivana Micaela Logroño Porras, con cédula de identidad número 0605062702, bajo la tutoría de Mg. Ángel Gustavo Llerena Cruz; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 02 de mayo de 2023

Presidente del Tribunal de Grado

Dra. Rosario Isabel Cando Pilatuña

Firma

Miembro del Tribunal de Grado

Dr. Byron Alejandro Boada Aldaz

Firma

Miembro del Tribunal de Grado

Mgs. Verónica Adriana Freire Palacios

Firma



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMISIÓN DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO CID
Ext. 1133

Riobamba 04 de mayo del 2023
Oficio N° 013-2023-IS-URKUND-CID-2023

MSc. Ramiro Torres Vizuet
DIRECTOR CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNACH

Presente.-

Estimado Profesor:

Luego de expresarle un cordial saludo, en atención al pedido realizado por el Mgs. Ángel Gustavo Llerena Cruz, docente tutor de la carrera que dignamente usted dirige, para que en correspondencia con lo indicado por el señor Decano mediante Oficio N° 1215-RD-FCS-2022, realice validación del porcentaje de similitud de coincidencias presentes en el trabajo de investigación con fines de titulación que se detalla a continuación; tengo a bien remitir el resultado obtenido a través del empleo del programa URKUND, lo cual comunico para la continuidad al trámite correspondiente.

No	Documento número	Título del trabajo	Nombres y apellidos del estudiante	% URKUND verificado	Validación	
					Si	No
1	1215-D-FCS-07-07-2022	Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas. Centro Deportivo Olmedo. Riobamba, 2022	LOGROÑO PORRAS IVANA MICAELA PADILLA BUÑAY DANY JAVIER	3	X	

Atentamente,

GINA
ALEXANDRA
PILCO
GUADALUPE

Firmado digitalmente por GINA ALEXANDRA PILCO GUADALUPE
Fecha: 2023.05.04
20:25:54 -05'00'

PhD. Alexandra Pilco Guadalupe
Delegada Programa URKUND
FCS / UNACH
C/c Dr. Gonzalo E. Bonilla Pulgar – Decano FCS

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por haberme otorgado una familia maravillosa, quienes son mi ejemplo de superación, humildad además de amor familiar, siendo así, mis pilares fundamentales en el desarrollo de mi vida, gracias por enseñarme que todo se puede lograr con esfuerzo y dedicación, el aprendizaje que me han otorgado a través del tiempo con sus consejos y enseñanzas, me han ayudado a madurar en todos los aspectos de mi formación tanto personales, académicas y profesional.

Dany Padilla

DEDICATORIA

Dedico este proyecto de investigación principalmente a mi madre que fue pilar fundamental en mi desarrollo personal, académico y emocional, por enseñarme que primero se construye un buen corazón, además de enseñarme los valores necesarios para llegar a ser un gran ser humano, por nunca dejarme decaer y levantarme en cada momento, por estar a mi lado en cada lagrima y en cada sonrisa, finalmente mi familia por apoyarme en distintos procesos personales durante el trayecto universitario.

Dany Padilla

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE GENERAL	10
ÍNDICE DE TABLAS	13
CAPITULO I. INTRODUCCIÓN	16
1.1 Planteamiento del Problema	17
1.2 Justificación	18
1.3 Objetivos	20
1.3.1 <i>Objetivo General</i>	20
1.3.2 <i>Objetivos Específicos</i>	20
1.4 Estado del Arte	21
CAPITULO II. MARCO TEÓRICO.....	24
2.1 Familia	24
2.1.1 Familia y su influencia en la vida del individuo en la sociedad latinoamericana y ecuatoriana.....	25
2.1.2 <i>Tipos de Familia</i>	25
2.1.2.1 Familia Nuclear.....	27
2.1.2.2 Familia Extensa.....	27
2.1.2.3 Familia Monoparental.	27
2.1.2.4 Familia de Padres Separados.....	28
2.1.2.5 Familia Ensamblada, Reconstituida o Mixta.....	28
2.1.2.6 Familia de Acogida.	28
2.1.2.7 Familia sin hijos por elección.	28
2.1.2.8 Familia Homoparental.....	28
2.2 Funcionamiento Familiar	29
2.2.1 <i>Características de las familias funcionales</i>	30
2.2.2 <i>Disfunción Familiar</i>	31
2.2.3 <i>Características de las familias disfuncionales</i>	32
2.2.4 <i>Teoría de Desarrollo Psicológico y Humano</i>	33
2.3 Tolerancia a la Frustración	35

2.3.1	<i>Definición</i>	35
2.3.2	<i>Frustración</i>	35
2.3.3	<i>Baja Tolerancia a la Frustración</i>	35
2.3.4	<i>Teoría Frustración – Agresión</i>	36
2.3.5	<i>Teoría de la Frustración de Rosenzweig</i>	37
2.3.6	<i>Teoría de Frustración de Sigmund Freud.</i>	37
2.3.7	<i>El rol de la Familia para minimizar la Frustración</i>	38
2.3.7.1	Capacidad de Empatía.....	39
2.3.7.2	Capacidad de Análisis.....	39
2.3.7.3	Capacidad de Automotivación.	39
2.3.7.4	Estrategias de Afrontamiento.....	40
2.3.7.5	Gestionar, reconoce y acepta la Emoción.....	40
2.3.7.6	Reconocer los Errores.....	40
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA		41
3.1	Enfoque de Investigación.....	41
3.2	Tipo de Investigación.....	41
3.3	Diseño de la Investigación	41
3.4	Técnicas.....	41
3.5	Nivel de la Investigación	42
3.6	Población.....	43
3.7	Muestra	43
3.8	Hipótesis.....	43
3.9	Métodos de Estudio.....	44
3.11	Procesamientos Estadísticos	45
3.12	Consideraciones Éticas	45
CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN		45
4.1	Resultados	46
4.2	Discusión	50
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		53
5.1	CONCLUSIONES	53
5.2	RECOMENDACIONES.....	54

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	55
ANEXOS.....	64

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Niveles de funcionamiento familiar	46
Tabla 2 Nivel de tolerancia a la frustración.....	47
Tabla 3 Niveles de funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración.....	48
Tabla 4 Correlación entre funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración	49

RESUMEN

Investigación desarrollada en el Centro Deportivo Olmedo de la ciudad de Riobamba 2022, con el objetivo de analizar el funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas. Metodológicamente el estudio fue de enfoque cuantitativo, tipo documental, diseño transversal-no experimental y correlacional, población constituida por 130 expedientes clínicos, con una muestra de 60 expedientes, recolectados de forma no probabilística, por conveniencia, las técnicas de recolección de la información fueron una ficha de revisión documental, Apgar familiar y Escala de tolerancia a la frustración (ETAF). En los resultados se identificó que un 38,3% del total de la muestra presenta un grado leve de disfunción familiar con niveles medios y altos de tolerancia a la frustración; posteriormente se registró un 28,3% con un nivel normal de funcionalidad familiar con niveles altos y medios en tolerancia a la frustración; seguido de un 26,7% que obtuvo disfunción familiar moderada con niveles bajos y medios en tolerancia a la frustración; también un 6,7% presenta disfunción severa con niveles bajos de tolerancia a la frustración. Finalmente se comprobó una correlación negativa media, con una significancia bilateral de ($p=0,000$) menor a 0,05 rechazando la hipótesis nula y aceptando la alterna, por lo que esta investigación demuestra que, a menor disfuncionalidad familiar, mayor es el nivel de tolerancia a la frustración.

Palabras clave: funcionamiento familiar, frustración, familia, tolerancia

ABSTRACT

The current research was conducted at Olmedo Sports Center in Riobamba city in 2022 with the aim of examining how family and tolerance influence on frustration in athletes. Methodologically, the study belongs to a quantitative approach, documentary type, cross-sectional-non-experimental and correlational design, population was made up of 130 clinical records, with a sample of 60 records, collected in a non-probabilistic way, for convenience, the information collection techniques were a document review sheet, family Apgar and Frustration Tolerance Scale (ETAF). In the results, it was identified that 38.3% of the total sample presents a mild degree of family dysfunction with medium and high levels of tolerance to frustration; Subsequently, 28.3% were registered with a normal level of family functionality with high and medium levels of frustration tolerance; followed by 26.7% who obtained moderate family dysfunction with low and medium levels of frustration tolerance; also 6.7% present severe dysfunction with low levels of tolerance to frustration. Finally, a medium negative correlation was verified, with a bilateral significance of ($p=0.000$) less than 0.05, rejecting the null hypothesis and accepting the alternative, so this research shows that the less family dysfunction, the higher the level of frustration tolerance.

Keywords: family functioning, frustration, family, tolerance

CAPITULO I. INTRODUCCIÓN

Siendo la familia el origen para el desarrollo del individuo y el lugar principal donde se instauran las normas y valores de cada uno de sus miembros, facilita la interacción con la sociedad, permitiendo la adaptación, homeostasis emocional y conductual (Suarez y Velez, 2018). Así, el ser humano es un ente que se adapta a los cambios a través de su proceso evolutivo durante las diferentes etapas del crecimiento integral, el aporte de la familia en su desarrollo conductual, emocional y cognitivo es primordial para poder afrontar las vicisitudes que se presentan en la vida.

Además, la toma de decisiones, el manejo de impulsos propios, la aceptación de consecuencias, resolución de conflictos y la capacidad de tolerancia a la frustración entre otras habilidades que va adquiriendo dependerá del entorno familiar en el que se haya desarrollado (Brizuela et al., 2021). Siendo así, la tolerancia a la frustración es una habilidad necesaria para manejar situaciones que generen malestar, como menciona Gómez (2021): “cualidad que se identifica como aquella capacidad del ser humano de desafiar los inconvenientes que se presentan y afrontarlos para lograr sus objetivos, además, supone la capacidad de reconocer que las recompensas y los objetivos no han de ser inmediatas” (pp. 2-3).

Con las premisas anteriores, siendo la baja tolerancia a la frustración un dilema en los individuos, la cual se manifiesta con una marcada vulnerabilidad al dolor emocional y como consecuencia una conducta impaciente e impulsiva, ocasionando problemas de adaptación, que puede incrementar con la presión ejercida por varios factores como la disfuncionalidad familiar, problemática que debe identificarse y tratarse por la connotación que tiene la familia en el desarrollo personal y profesional de un individuo, por consiguiente, el presente investigación, se enfoca en analizar el funcionamiento familiar en relación con la tolerancia a la frustración en deportistas del Centro Deportivo “Olmedo” de la ciudad de Riobamba en el año 2022; gracias a

entrevistas que se realizaron al psicólogo de la institución, quien menciona que este grupo presenta problemas en su rendimiento deportivo y que podrían estar ligados a conflictos en su vida personal y familiar.

1.1 Planteamiento del Problema

Ante la falta de participaciones relevantes y el bajo rendimiento deportivo existe un problema latente en los jugadores seleccionados, ya que manifiestan una conducta hostil, indicador emocional que se expresa debido a conflictos de índole conductual y cognitivo. Determinando que estos deportistas vienen de familias no estructuradas, con problemas en su desarrollo, generando dificultades en el manejo de la frustración.

Brizuela et al., (2021) mencionan que el núcleo familiar genera el establecimiento de conductas y emociones, que permiten a un individuo un mejor manejo de ellas, además, de un mayor desarrollo en resolución de conflictos, creando la seguridad necesaria para moldear sus emociones frente a la adversidad, pero en caso de no existir este entorno, es común la aparición de baja tolerancia a la frustración, la cual se expresa a través sus emociones hostiles frente a sus pares, el bajo rendimiento producto de la disminución de su motivación, generando sentimientos de impotencia.

Además, que Agudelo et al., (2020) en su estudio sobre la influencia de la tipología familiar en la motivación y ansiedad de los futbolistas, determino que los jugadores presentan una tipología familiar moderada y funcional, aportando que, después de la pandemia del covid-19, el funcionamiento familiar afectó a los niveles de ansiedad y tipos de motivación.

Considerando la segunda variable Quito (2017) menciona en su estudio sobre la tolerancia a la frustración ante el fracaso en deportistas, que existe una mayor prevalencia de un nivel de frustración normal o moderado con el 41,41% y el 32,60% presentan un nivel bajo, finalmente el

6,17% nivel que presenta una frustración alta, también demostrando que la necesidad de competencia está afectada, creando sentimientos de incapacidad e incompetencia, desarrollando frustración en los deportistas. Con las premisas anteriores el funcionamiento familiar y la tolerancia a la frustración están vinculados de alguna manera, siendo así un problema evidente que puede ser abordado para la mejor desarrollo familiar y deportivo.

Al existir esta problemática en diversos espacios y siendo referenciada por el departamento de salud mental del Club Centro Deportivo Olmedo (CCDO), se plantea la siguiente pregunta:

¿Existe alguna relación entre el funcionamiento familiar y la tolerancia a la frustración en los deportistas del “Centro Deportivo Olmedo”?

1.2 Justificación

La presente investigación se realiza con el propósito de analizar el tipo de funcionamiento familiar existente en las familias de origen y propias de los jugadores del Centro Deportivo Olmedo, el nivel de tolerancia a la frustración, y si existe relación entre estas variables.

En caso de encontrar relación entre las variables, permitirá identificar posibles factores que perjudican el rendimiento deportivo y servir de referente para investigaciones ulteriores, que puedan ser extrapolados a otros clubes deportivos del Ecuador, consiguiendo una aportación significativa en relación con la psicología y el deporte.

El desarrollo de esta investigación beneficiará a las familias, jugadores del CCDO y la institución misma, identificando un factor que puede estar afectando al desenvolvimiento de los deportistas y poder trabajar en ello, además, de los estudiantes y profesionales en la rama de psicología e investigadores, aportando en estudios posteriores, así mismo enriqueciendo en conocimiento científico.

Es importante mencionar que este estudio ayudará a entender el funcionamiento familiar desde la perspectiva psicológica, siendo de alta relevancia para el desarrollo de un individuo, tomando en cuenta que se puede relacionar con distintas variables, ya que la familia puede ser un desencadenante positivo o negativo en la formación de una persona. Así mismo, este estudio al ser un tema poco evaluado e interesante abrirá el interés para más investigaciones similares que profundicen de mejor manera esta temática.

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo General

- Analizar el funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en los deportistas del Centro Deportivo “Olmedo”.

1.3.2 Objetivos Específicos

- Identificar los tipos de funcionamiento familiar en los deportistas del Centro Deportivo Olmedo en el año 2022.
- Determinar los niveles de tolerancia a la frustración existente en los deportistas del Centro Deportivo Olmedo en el año 2022.
- Establecer la correlación entre el funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en los deportistas del Centro Deportivo Olmedo en el año 2022.

1.4 Estado del Arte

La tesis de grado, sobre la la tolerancia a la frustración en unidad educativa intercultural bilingüe en la provincia de Guaranda; tuvo como objetivo analizar los estilos de crianza y tolerancia a la frustración, resume la influencia de las creencias comunitarias durante el proceso de crecimiento y formación, debido a la alta influencia familiar, donde un estilo de vida tradicional merma el desarrollo cognitivo de los alumnos de ascendencia indígena, si bien son familias sólidas con buenas bases en principios y valores, sin embargo, la tradición y costumbres son establecidas en el desarrollo de la persona, quedando en evidencia esta problemática, debido a la gran interculturalidad que posee el Ecuador, donde los roles de la familia bien definidos no permiten el paso para seguir las tendencias actuales de crecimiento y desarrollo personal, dando así un resultado del 32,2% perciben padres permisivos y el 31,1 % madres autoritarias, en cuanto a la tolerancia a la frustración el 36,7% presenta niveles altos, 28,9% niveles medios y 34,4% niveles bajos, en la correlación se rechazó la relación entre estilos paternos por consiguiente no hay relación entre las dos variables (Pilco et al., 2021).

Esta tesis se enfoca en la relación que posee la tolerancia a la frustración y sus reacciones reactiva/proactiva en un centro de salud, los resultados fueron relevantes, debido a la influencia familiar, tomando en cuenta que existe relación entre estas dos variables, donde la agresividad refleja el grado de represión y limitación vividos en la infancia y que además esta agresión producto de la frustración conlleva otros estragos en el grupo familiar, producto de la influencia directa de este en su crecimiento. Se menciona en el estudio respecto a la agresión reactiva con el 26% de la muestra se encuentra en un nivel alto y con agresión proactiva el 52,6% en nivel medio; con respecto a la estructura familiar la población presenta un 65,6% en familia funcional y un 34,4% en familia disfuncional; a cerca de, los nivele de tolerancia a la frustración se obtuvo un

62,9% con nivel medio, 21,5% con nivel alto del total de la muestra, analizando que este grupo tiende a manifestar respuestas inmediatas frente a provocaciones tanto reales como percibidas, con dificultades para regular las emociones frente a situaciones que generen frustración, por lo tanto, este grupo presenta conductas de agresión que pueden dificultar la interacción social (Mondragón y Vásquez, 2022).

Este artículo científico sobre las estrategias de afrontamiento y tolerancia a la frustración en adolescentes de la asociación provincial de atletismo del guayas; evidencia la frustración que posee un equipo de deportistas de la provincia del Guayas, los cuales, muestran un bajo nivel de tolerancia a la frustración, donde además se analiza en base a esta manifestación, cuáles son las mejores estrategias para afrontarlo, tomando en cuenta las emociones demostradas en base a la motivación que poseen y los diferentes aspectos del entorno donde crecieron, además, se toma en consideración el apoyo moral recibido durante el crecimiento y su relación con sus pares. Los resultados muestran una mayor incidencia de estrés producto de la frustración más en mujeres que en hombres, debido a varios factores entre esos los familiares que indican una arraigada cultura, al relegar los trabajos tradicionales, que merman sus aspiraciones personales, afectando su motivación (Toala y Rodríguez, 2022).

Este estudio tuvo como objetivo identificar los indicadores relacionados con tolerancia a la frustración y autoconfianza, la diversidad funcional en un contexto deportivo; en el ámbito deportivo y sus conductas con relación a las habilidades para manejar situaciones que generan frustración. De igual manera se obtuvo como resultados, en relación con la tolerancia a la frustración, que el mayor número de conductas negativas se da durante el partido, empujándose, alzando la voz y disminuyendo su interés en el juego, si la participación es negativa, esto sucede frecuentemente en los jugadores de categorías superiores. Aquí se verifica las conductas tomando

en consideración su funcionalidad familiar y como esta se manifiesta como una válvula de escape en la práctica deportiva que se enfoca en su rendimiento (Moreno, 2022).

CAPITULO II. MARCO TEÓRICO

2.1 Familia

Bezanilla y Miranda (2014) hacen referencia que la familia es un sistema formado por individuos que se relacionan por conexiones consanguíneas y afectivas que aportan al desarrollo de estas, adquiriendo buenas destrezas psico-sociales.

Como sea que se integre, la familia es el núcleo básico de la sociedad que reproduce la identificación con el grupo social, siendo la familia la primera red de apoyo. Por ello es importante el funcionamiento adecuado familiar en el desarrollo personal y social de los individuos. Las principales funciones de la familia moderna se enfocan a desarrollar las formas de comunicación, conocimientos, costumbres, tradiciones, valores, sentimientos, normas de comportamiento y de relación con los demás, creencias y expectativas para el futuro; estos son elementos importantes que vinculan a una familia con la sociedad a la que pertenece (Suárez y Vélez, 2018).

Según Minuchin y Fishman (1984) la familia es un grupo natural que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción, estas constituyen la estructura familiar; que a su vez rige el funcionamiento de los miembros de la familia, define su gama de conductas y facilita su interacción recíproca. Los miembros de la familia no se suelen vivenciar a sí mismos como parte de esta estructura familiar, todo ser humano se considera una unidad, un todo en interacción con otras unidades, sabe que influye sobre la conducta de otros individuos, y que estos influyen sobre la suya, también cuando interactúa en el seno de su familia. (p. 25)

2.1.1 Familia y su influencia en la vida del individuo en la sociedad latinoamericana y ecuatoriana.

Las funciones que cumple la familia en la formación de un individuo son diversas, estas pueden generar bienestar o malestar en el mismo. El Fondo de las Naciones Unidas para la infancia (UNICEF, 2020) menciona que, el rol de la familia es fundamental en el desarrollo personal, social e individual, en Ecuador el 75 % de los hogares presentan afectaciones emocionales por diversas problemáticas, las consecuencias pueden afectar el desarrollo cognitivo, capacidad de aprendizaje y regulación emocional a largo plazo.

Por otro lado, la influencia cultural en la sociedad ecuatoriana y latinoamericana se encuentra plasmada en los individuos, los problemas sociales que azotan a toda Latinoamérica y que ha ingresado al Ecuador, detonando entornos sociales y familiares negativos crea expectativas, anhelos, así como también incipientes frustraciones debido a la presión existente especialmente de la figura paterna (Kliksberg, 2005).

Con esta influencia la familia ecuatoriana, tiene un gran impacto en la vida del ciudadano común, con lo cual existe un equilibrio que permite el normal desarrollo del niño, adolescente y joven-adulto, para que pueda desenvolverse en forma normal, evitando también sentimientos adversos al no realizarse como persona, o reprimiendo sentimientos que se vean desembocados en su nuevo núcleo familiar (Kliksberg, 2005).

2.1.2 Tipos de Familia

La familia conforma la sociedad en la cual cada integrante se desarrolla interactuando con factores internos y externos como: psicológicos, emociones, conductuales y biológicos, este grupo de individuos comparten normas y reglas sociales de comportamiento, además que la familia es

un sistema constituido por subsistemas que forman también los tipos de familia (Paladines y Quinde, 2010).

Las familias se basan en sistemas, subsistemas que evolucionan y se desarrollan constantemente, ya sea por su entorno o por los sujetos que lo integran, este proceso de crecimiento familiar permite que se adopten hábitos, costumbres, normas, tanto positivas como negativas esto depende de la formación y estructura familiar (religión, moral, ambiente social etc.) que se transmiten a las distintas generaciones (Montalvo y Espinosa, 2013).

Además, Montalvo y Espinosa (2013) analizan la obra de Minuchin “familias y terapia familiar”, donde se mencionan que, las familias sufren cambios y alteraciones constantes que le ayudan a pasar de una etapa a otra y cada una de estas varían en su complejidad, esto se genera en cuatro etapas: formación de la pareja, la pareja con hijos pequeños, la familia con hijos en edad escolar y adolescentes, finalmente familias con hijos adultos.

Minuchin también señaló que cada etapa requiere de nuevas reglas de interacción familiar, tanto al interior como al exterior del sistema. Sin embargo, hay familias que pueden permanecer atoradas en una etapa, a pesar de que el sistema familiar requiere de una transformación ante nuevas situaciones como, por ejemplo, el nacimiento de un hijo (a) y su crecimiento, el ingreso al ámbito educativo formal, cambio de nivel escolar, cambio de escuela o el alejamiento del hogar por cuestiones de trabajo, por estudios, matrimonio, entre otros. Este estancamiento en alguna etapa del ciclo vital puede llevar a la disfuncionalidad familiar y manifestaciones sintomáticas. (Montalvo y Espinosa, 2013, p. 75)

En cada estructura familiar existen sus propias normas y reglas, cada una de ellas planteadas según sus necesidades para una convivencia saludable. Así Paladines y Quinde (2010) plantea que estas normas y reglas “son una guía de regulación de roles y conductas para que cada

sistema se desenvuelva tanto interna como externamente en una sociedad; son fijadas para que los individuos puedan vivir juntos y exista u mejor funcionamiento en la estructura familiar” (p. 29).

Existen distintos tipos de familia las cuales se mencionan a continuación:

2.1.2.1 Familia Nuclear

La familia nuclear se refiere a la familia que está configurada por los progenitores, es decir mamá y papá, que habitan en el mismo hogar. A esta familia también se la conoce como familia básica o elemental, la principal característica de este grupo es diferenciar y organizar los roles de cada integrante (Druán, 2011).

2.1.2.2 Familia Extensa.

Este tipo de familia se encuentra conformada por varios miembros que tienen un grado de consanguineidad, es decir son familias de algunas generaciones que viven bajo el mismo techo como abuelos, padre y madre, hijos, tíos, primos, etc. Las ventajas que tienen estas familias es la cooperación que tienen en varias situaciones dentro del hogar, así mismo las dificultades que se pueden desarrollar en este tipo de familia están ligadas a la falta de espacio entre cada miembro, la pérdida de intimidad, distorsión de roles que cumple cada individuo (Druán, 2011).

2.1.2.3 Familia Monoparental.

La familia monoparental son aquellas familias que conviven ya sea el padre o la madre con sus descendientes, es decir que quien encabeza este tipo de familias es solo un miembro de la pareja hombre o mujer, siendo mayormente el caso de la madre quien convive y se hace cargo de la crianza de sus hijos. La causa más frecuente del origen de estas familias es el divorcio, siguiendo del abandono de hogar de uno de los miembros de la pareja, la viudez, migración, etc.; además que puede genera apegos inseguros, dependencia emocional, ansiedad, depresión entre otras alteraciones psicológicas (Druán, 2011).

2.1.2.4 Familia de Padres Separados.

“Familia de padres separados caracterizada por familias en las que los padres se niegan a vivir juntos, no son pareja, pero deben seguir cumpliendo con su rol de padre y madre ante los hijos aun siendo el caso de una separación” (Martínez, 2015, p. 527).

2.1.2.5 Familia Ensamblada, Reconstituida o Mixta.

Familia ensamblada, la definición de este tipo de familia nos da como referencia una estructura familiar en la que uno de los miembros de la pareja integra a la familia a un hijo que haya sido concebido de otra relación previa, a los cuales se les determina como padrastros o madrastras, este tipo de familias tienden a presentar reconstrucción de roles, altos niveles de estrés, relaciones familiares insatisfactorias, principalmente las mujeres (Espinari et al., 2003).

2.1.2.6 Familia de Acogida.

Este tipo de familias se caracteriza por a acogida de otros hijos, ya que la familia biológica no puede hacerse responsables se los mismos, colocando su integridad en riesgo, siendo una alternativa favorable de acogida, este favorece a la recuperación personal y calidad de vida mejorando sus habilidades de adaptación (Valgañón, 2014).

2.1.2.7 Familia sin hijos por elección.

Familia sin hijos por elección: menciona un sistema conyugal entre dos personas sin distinción de género que conviven de manera voluntaria y permanente, cumpliendo funciones como la protección, compañía y apoyo mutuo. Así como también comparten un sistema de valores y creencias que apoyan la decisión de no tener una descendencia como tal (Larrain y Mollo, 2020).

2.1.2.8 Familia Homoparental.

La familia homoparental tiene como referencia al vínculo afectivo existente entre dos personas del mismo sexo, quienes pueden o no elegir la crianza y educación de uno o varios niños,

este tipo de familia presenta desventajas, principalmente porque no son socialmente aceptadas y son susceptibles a la discriminación, no igualdad jurídica (matrimonio), entre otras, en los casos donde se adopta un hijo o hija en la formación de este, puede causar conflictos en la identificación de género, alteraciones psicológicas (depresión, ansiedad, etc.) y de conducta por factores externos e internos (Pérez, 2016).

2.2 Funcionamiento Familiar

Es la consolidación de las relaciones vinculares de los seres humanos, a través de metodologías altamente participativas y reflexivas e intervención en los procesos individuales, de pareja, familiares y socioculturales, incidiendo en diferentes temas, en espacios de acompañamiento, conversación y reflexión dentro de los hogares; también la parte psicológica es fundamental, las familias a más de ser el núcleo de la sociedad son fuentes de bienestar y salud mental para sus miembros desarrollando habilidades para la vida (Palomino y Torro, 2014).

Para que un hogar sea funcional, debe contar con las dos figuras, puesto que son el complemento para un buen desarrollo en cada individuo, permitiendo buenos vínculos afectivos, buenas interacciones comunicativas, así también su desarrollo evolutivo según las necesidades de cada miembro de la familia (Bezanilla y Miranda, 2014).

Por otra parte, la funcionalidad de una familia permite además del desarrollo de la personalidad, que el individuo se forme de manera positiva para asumir roles sociales, tenga un mejor control de impulsos, valores, desarrollo cognitivo, también que pueda alcanzar de mejor manera su desarrollo personal, siendo así, que este entorno permita de mejor manera que le individuo sea proactivo en la sociedad (Suárez y Vélez, 2018).

Además, los primeros vínculos afectivos se desarrollan en el núcleo familiar, que se derivan en habilidades cognitivas y emocionales que permiten el aprendizaje de valores, creencias, así

como la autoestima, la toma de decisiones, el pensamiento reflexivo y crítico a su nivel, en base a las experiencias adquiridas en familia (Checa y Orben, 2019).

Siendo la familia una estructura dinámica, donde se amalgaman características, como son: psicológicas, conductuales, sociales y emocionales, haciendo que cada individuo tenga un desarrollo diferente, en que la dinámica familiar se enmarca bajo parámetros flexibles y perfectibles, dejando el análisis final para la determinación de todos los aspectos en forma integral (Osorio y Cobián, 2009).

Barcos (2020) menciona que el autocontrol y la autoconfianza son el producto de las buenas relaciones familiares, donde además se satisfacen las necesidades básicas de todo ser humano, como es la seguridad familiar, la aceptación en la familia, así como el afecto y apego que sólo puede dar el amor filial.

2.2.1 Características de las familias funcionales

También como indica Montalvo et al., (2005): las familias funciones cumplen funciones y roles que deben desempeñar como son:

- **Límites claros al exterior:** los padres han logrado una autonomía respecto a su familia de origen manteniendo una relación afectiva con ellos, pero preservando la autoridad y jerarquía sobre sus hijos.
- **La jerarquía recae en los padres:** los cónyuges satisfacen entre sí sus necesidades afectivas, sin utilizar como sustituto conyugal a uno de sus hijos, u otros. Las alianzas en el holón parental, donde cada cónyuge reconoce ante sus hijos el valor y la autoridad del otro.
- **No hay sobreinvolucramiento ni periferia de ninguno de los miembros:** las reglas de convivencia son flexibles y se van adaptando a las necesidades de cada

uno de los miembros, de la pareja como un todo y a los requerimientos del entorno social.

- **Subsistemas bien diferenciados:** los miembros de la familia se van adecuando a los diferentes subsistemas (el de los hermanos, sexo o tarea que desempeñan); los padres crecen junto con sus hijos y se van adaptando a las necesidades que ellos van mostrando de acuerdo con su edad y sexo.
- **Límites claros en el sistema parental:** los hijos aceptan y permiten a los padres solidificarse como pareja conyugal.
- **Límites claros en el sistema fraterno:** los hijos con el apoyo de los padres mantienen relaciones de igualdad y colaboración entre ellos.
- **Límites flexibles:** los padres aceptan y permiten a sus hijos irse independizando gradualmente manteniendo una relación con su entorno social. (p. 91)

Así, al definir y describir las características del funcionamiento familiar, es importante conocer que es la disfunción familiar para un mejor entendimiento de la variable de estudio

2.2.2 *Disfunción Familiar*

Zumba (2017) afirma que, se entiende como disfunción familiar, la incapacidad de los individuos de una familia al no poder promover el desarrollo de sus integrantes, así también presentando problemas de violencia, malas relaciones entre sus integrantes y maltrato psicológico que perturban el desarrollo integral e individual de este grupo.

Según Montalvo y Espinosa (2013) señalaron que una estructura disfuncional en la familia posibilitaría la presencia de síntomas en alguno de los miembros y esta tendría como características límites difusos y/o rígidos al interior y exterior del sistema, la jerarquía no

sería compartida en el subsistema parental, presencia de un hijo (a) parental, centralidad negativa, coaliciones, algún miembro periférico. (p. 77)

Para Montalvo et al., (2005) las familias disfuncionales tienden a tener conflictos al cruzar de una etapa a otra, señalan que si prevalece los límites difusos; sus hijos generan una dependencia afectiva y emocional en su familia, generalmente de sus figuras parentales, esta dependencia se podrá manifestar a través de la incapacidad de tomar sus propias decisiones a pesar de que sean importantes, así formen los individuos sus propias familias continuaran asociados muy cercanamente con la familia de origen.

Asimismo estos individuos presentan problemas en la jerarquía, en estas familias disfuncionales sucede que solo uno de los padres u otra persona sea reconocido con el rol de otro, igualmente se crean coaliciones o triangulaciones, esto produce conflictos en uno o varios de los integrantes de la familia, esto conlleva consecuencia en los hijos ocasionando que no formen familias o no se vayan del hogar para independizarse, en casos más severos alguno de los hijos puede requerir un tratamiento psicológico y psiquiátrico, finalmente estos individuos frecuentemente no llegan a la fase del nido vacío (Montalvo et al., 2005).

2.2.3 Características de las familias disfuncionales

También como indica Montalvo et al., (2005) las familias funciones cumplen funciones y roles que deben desempeñar como son:

- **Conflicto y Triangulación:** la comunicación está cargada de mensajes contradictorios. Paradojas: en donde una parte del lenguaje contradice a la otra, o todo el mensaje es contradictorio por el lenguaje no verbal utilizado.
- **Doble vínculo:** donde la comunicación se da en una relación complementaria (dispareja) y no hay posibilidad de aclarar las contradicciones del mensaje.

- **Centralidad negativa y/o sobreinvolucramiento:** el problema posee una función tanto para el paciente identificado, como para el resto del sistema y hay un desconocimiento de las ventajas del síntoma. En ocasiones se crean mitos para explicar la existencia del síntoma dentro del sistema familiar. También el síntoma se estabiliza a través de patrones de interacción recurrentes.
- **Las jerarquías y límites generacionales son difusos:** no están bien definidos o están invertidos, una persona de una generación, forma alianzas con otra de otra generación en contra de un tercero.
- **Resolución de conflictos:** los intentos de resolución del problema lo mantienen y lo estabilizan generando bienestar en la familia. (p. 92)

También es importante entender el desarrollo psicológico y humano del individuo, además como la familia influye en este proceso, para ello es primordial conocer la siguiente teoría.

2.2.4 Teoría de Desarrollo Psicológico y Humano

Se expone a continuación las principales premisas que explican el desarrollo psicológico. La teoría del desarrollo psicológico se enfoca en comprender los cambios que presenta un sujeto a través de toda su vida y la transición por sus distintas fases evolutivas; entendidas desde las primeras etapas de vida hasta la adultez y la vejez, esta teoría estudia todos los procesos que tiene un individuo desde una perspectiva biopsicosocial (Papalia y Felman, 2012).

La teoría del desarrollo humano se enfoca en el estudio científico de los procesos, cambios y estabilidad en un individuo, se centra en examinar las formas en que los sujetos evolucionan desde la concepción hasta la madurez, así como las características propias que se mantienen estables; esta teoría del desarrollo humano desde sus inicios ha sido interdisciplinaria interviniendo ramas científicas como la psicología, sociología,

psiquiatría, genética, biología, ciencia de la familia, educación historia y medicina.
(Papalia y Felman, 2012, pp. 4-5)

Estos aportes vistos desde diferentes perspectivas científicas profundizan el proceso que tiene un individuo a nivel individual y familiar.

Como es de conocimiento la psicología se enfoca en los procesos mentales, como tal analiza el comportamiento humano que, relacionado al crecimiento del niño, adolescente o el adulto, se vincula con otros factores que van de la mano con el aprendizaje, y que, como objeto de estudio, sus orígenes datan del núcleo familiar en que desarrolló el ser humano (Delgado y Barcia, 2020).

Ahora, el por qué el comportamiento de un individuo nace del núcleo familiar, cuando se adquieren las primeras sensaciones y pensamientos que vinculan las emociones, es decir si el núcleo familiar es rígido donde las funciones y los límites están establecidos y no pueden modificarse, creando poca interacción e implicación emocional entre la familia; mientras que las familias estructuradas se encuentran en una fase intermedia, donde las funciones se encuentran definidas abiertas a modificar y adaptar la dinámica familiar; así también las familias flexibles donde los roles y límites son claros y pueden ser modificables se da una mayor cercanía emocional entre los integrantes (Rodríguez, 2013).

Los comportamientos se vinculan con los lazos familiares establecidos no sólo en la niñez, sino también en la juventud y adultez, puesto que la figura materna y paterna son más representativas como un símbolo de respeto, sabiduría, tolerancia y apoyo moral, el cual es el objeto del presente estudio; que, al no contar con el mismo, crea emociones adversas manifestadas en los entornos sociales, laborales, y familiares (Delgado y Barcia, 2020).

2.3 Tolerancia a la Frustración

2.3.1 Definición

La tolerancia a la frustración se define como la capacidad de manejar situaciones estresantes, controlar e influir en las emociones, conductas y pensamientos, expresándolos de una manera positiva, por lo cual esta habilidad tiene un papel fundamental, siendo estas personas las que tiene mayor tolerancia a la frustración, gestionando de una manera eficaz situaciones estresantes o molestas para un individuo (Barroso et al, 2021).

2.3.2 Frustración

La frustración corresponde al sentimiento que puede desarrollar una persona ante la imposibilidad de satisfacer una necesidad o un deseo, que puede acarrear otras emociones como: tristeza, depresión o síntomas fisiológicos como: dolores y afectaciones al sistema digestivo y muscular (Barroso et al., 2021).

La frustración se puede manifestar en todas las etapas de la vida del ser humano, siendo la etapa de la adultez donde el individuo comienza a tener más responsabilidades y experiencias que pueden generar frustración al no conseguir sus objetivos o buscar el bienestar tan anhelado, que le permita cumplir su realización personal, así como también el cumplimiento de las aspiraciones familiares, situación que es muy arraigada en la sociedad (Rea y Segura, 2021).

2.3.3 Baja Tolerancia a la Frustración

Atunes (2020) afirma que el término baja tolerancia a la frustración se define como la poca capacidad de una persona para el manejo de las emociones producto de la frustración y se manifiesta con la poca capacidad para manejo de emociones, demostrando impulsos negativos, poca paciencia, alta exigencia personal, desarrollando cuadros de ansiedad en forma recurrente,

cuadros de depresión en forma continua, no poder adaptarse fácilmente a grupos sociales y baja capacidad de ser flexibles ante diversas situaciones.

La baja tolerancia a la frustración es analizada tanto en niños, adolescentes y adultos, siendo el ser humano un ente social, que se desarrolla en varios grupos, puede ocasionar problemas colectivos o mala predisposición social, promoviendo un bajo desarrollo de las relaciones interpersonales entre ellos; especialmente en grupos de trabajo a nivel directivo u operativo que provoca un bajo rendimiento o genera sentimientos de rechazo que pueden desembocar en actos agresivos o violentos hacia sus pares y grupo de trabajo (Chuchón, 2019).

2.3.4 Teoría Frustración – Agresión

Teoría reconocida en la obra sobre la agresión escrita por Dollard, Doob, Miller, Mowrer y Sears en 1939. Una de las hipótesis más relevantes en esta investigación menciona que la ocurrencia de cualquier forma de agresividad presupone la existencia de frustración y viceversa, el hecho de experimentar frustración originaria la agresión de cualquier tipo. Es por esto por lo que se conoce al término frustración como al hecho de no conseguir un reforzamiento o el proceso donde se bloquea la posibilidad de conseguir una gratificación, además de ser una reacción que se manifiesta tras el bloqueo o no consecución de una meta. (García, 2019, p. 27)

En el año de 1941 Miller reformula esta hipótesis y menciona que al poner en marcha algunas investigaciones parecía que en algunos casos la frustración no siempre generaba agresividad, dando pie a la alternativa de que esta solo sería una de las tantas respuestas que tiene el ser humano como la búsqueda de un nuevo reforzador disponible. Es así como, según esta formulación, la frustración podría actuar como un componente emocional que

lleve hacia un impulso de carácter más general y no tan específico como la agresión.
(García, 2019, pp. 28-29)

2.3.5 *Teoría de la Frustración de Rosenzweig*

Tras la investigación sobre la agresividad y los factores asociados a la misma, Rosenzweig menciona una teoría sobre la frustración donde la diferencia en dos tipos de experiencias emocionales. Puesto que la frustración se genera cuando el individuo encuentra un obstáculo para la satisfacción de una necesidad importante. En primera instancia nombra a la frustración primaria o de privación que se caracteriza como estresante y poco satisfactoria, esto como respuesta a la ausencia de satisfacción por cubrir una necesidad. Del mismo modo hace referencia a la frustración secundaria que se genera cuando se bloquea la oportunidad de conseguir cualquier meta, aquí se puede incluir las dificultades que surgen en el proceso de alcanzar la meta. (García, 2019, p. 30)

2.3.6 *Teoría de Frustración de Sigmund Freud.*

La personalidad está compuesta de tres sistemas principales que son el Ello, el Yo y el Superyó, los cuales conforman una organización proporcional, que al interaccionar le permite al ser humano relacionarse de manera eficiente y satisfactoria con la finalidad de llevar a cabo sus necesidades y deseos básicos. Por lo contrario, si estos sistemas no trabajaran en concordancia se puede decir que la persona no estaría adaptada y por lo mismo insatisfecha consigo misma y con el mundo. (García, 1988, p.16)

A continuación, se mencionarán las características de cada uno de estos sistemas según

García (1988):

El Ello: instancia psíquica que está conformada por todos aquellos impulsos instintivos, biológicos y tendencias que se rigen al principio del placer y que tiene como función descargar la energía o tensión que es liberada en el organismo mediante estímulos internos y externos.

El Yo: conocida como la parte reflexiva y de contacto con el entorno del individuo, es decir una parte del Ello modificada por la influencia del mundo exterior que pretende sustituir el principio del placer por el principio de la realidad, con el objetivo de coordinar los impulsos para que puedan expresarse al mundo, satisfaciendo el deseo, sin transgredir las demandas del Super Yo.

El Superyó: la parte moral de la personalidad, representando lo real que lucha por la perfección y está conformada por el ideal de yo y la conciencia moral, donde la primera hace referencia a las normas que los padres inculcan o transmiten a los niños y que para ellos es considerado como bueno. Mientras que la conciencia moral corresponde a los conceptos que el niño tiene de lo que sus padres consideran malo, que son establecidos mediante el castigo. Es por esta razón que Freud menciona que si el niño satisface todas sus pulsiones teóricamente no será capaz de evolucionar, por lo que deberá existir cierto grado de frustración que al producir angustia lo lleve a buscar nuevas formas de descargar. Ante esto añade que la frustración es todo aquello que impide descargar una excitación penosa o algo que se interpone en el funcionamiento del principio de placer. (pp.17-18)

2.3.7 El rol de la Familia para minimizar la Frustración

Como se ha expresado, la familia juega un papel primordial para el desarrollo psicológico cumpliendo un rol funcional, para evitar una serie de consecuencias silenciosas en una persona que a futuro transgreda su bienestar general, la familia también es primordial para minimizar la frustración, puesto que ofrecer la seguridad y estabilidad emocional, permite recrear un escenario

de sana convivencia, que le ayuda a desarrollar habilidades, que pueda actuar con firmeza ante los malas experiencias que puedan ocurrir en su entorno estudiantil, laboral o afectivo (Amoretti y Cardenas, 2021).

Los roles que cumple la familia para minimizar la frustración se enfocan en desarrollar ciertas capacidades, las cuales se explican a continuación:

2.3.7.1 Capacidad de Empatía.

Esta capacidad permite que la persona asuma como propias los sentimientos o vivencias buenas y malas de otro individuo, identificando las emociones y expresando una conducta y comportamiento de apoyo. Siendo la familia la base para minimizar la frustración, el desarrollo de empatía permite que la persona sienta como propias los problemas de su círculo más cercano, así cuando el individuo viva una situación similar sepa cómo manejarla a su favor o que no tenga efectos negativos en él (Rivero, 2019).

2.3.7.2 Capacidad de Análisis.

La capacidad de analizar constituye un proceso mental que se desarrolla en los centros de estudios, sin embargo, bajo una adecuada guía familiar, esta capacidad le ayuda a discernir en base a la experiencia cómo manejar la situación, mostrando también su apoyo incondicional para la solución de este, por medio de un análisis imparcial y lleno de comprensión para evitar caminos o soluciones sesgados de terceros (Calderón, 2007).

2.3.7.3 Capacidad de Automotivación.

La automotivación nace del afecto familiar entregado al individuo durante las etapas de su desarrollo evolutivo y entorno familiar, la misma que le sirve en caso de un evento adverso, el individuo pueda tener la capacidad de afrontar situaciones diversas de mejor manera que ayuden a superarlas (Ortuño, 2018).

2.3.7.4 Estrategias de Afrontamiento.

Es el establecimiento de acciones o resolución de conflictos de un individuo, que parte desde la formación y el entorno familiar, los recursos psicológicos desarrollados durante esta formación permiten la reflexión y análisis sobre situaciones adversas manteniendo un adecuado desarrollo en la capacidad de afrontamiento (Macías et al., 2013).

2.3.7.5 Gestionar, reconoce y acepta la Emoción.

La gestión de emociones es la capacidad que tiene un individuo para manejar sus emociones y tomar decisiones adecuadas en diversas situaciones de la vida, por lo cual estas emociones deben ser reconocidas como normales, la represión a estas emociones tiene un efecto adverso porque bloquea la conciencia y los procesos mentales para afrontar la crisis, por consiguiente, la familia con el apoyo brindado a cualquiera de sus miembros permitirá que las emociones fluyan y dar la solución respectiva (Canales et al., 2010).

2.3.7.6 Reconocer los Errores.

El grupo familiar como parte de sus funciones debe inculcar el autoconocimiento y el reconocimiento de los errores como tal, puesto que estos constituyen la base para dejar fluir las emociones de la frustración como el enojo, tristeza, impotencia, indignación y pueda la familia tomar acciones en base a los errores aceptados evitando su cometimiento (Villaroel et al, 2015).

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

3.1 Enfoque de Investigación

Cuantitativo: la presente investigación se basó en un enfoque cuantitativo, porque los resultados reflejados se obtuvieron a través de instrumentos como el Apgar Familiar y Escala de Tolerancia a la Frustración, estos reactivos expresan los resultados de forma numérica de cada variable expuesta para posteriormente llegar a su análisis e interpretación (Anticono y Vasquez, 2019).

3.2 Tipo de Investigación

Documental: los datos de información requeridos para el estudio fueron extraídos, principalmente, de los expedientes de los deportistas e investigaciones relacionadas. Se busca, clasificar, seleccionar y determinar información precisa para argumentar un trabajo de investigación como, historias clínicas, artículos científicos, recursos de información web, revistas entre otros documentos informativos que aporten a la investigación de estudio (Gómes, 2011).

3.3 Diseño de la Investigación

Transversal: el presente estudio es transversal, ya que los datos reflejados se recolectarán en un tiempo y espacio determinado, en el periodo de abril-septiembre 2022. Estos datos de estudios son recolectados en un momento determinado (Machado y Sánchez, 2019).

No Experimental: no se manipulan las variables de estudio y no se trabaja directamente con los deportistas. Esto se refiere a que se estudian los eventos o sucesos, pero no se manipula el desarrollo de las variables de estudio para en un momento posterior analizarlos (Agurto, 2019).

3.4 Técnicas

Recolección de Información: la recolección de información se obtuvo por medio de los documentos almacenados en la base de datos del CDO, que depende de los objetivos de la

investigación y el problema que se trata de identificar, el conocimiento de los instrumentos, su confiabilidad y validez, además, de su aplicación y codificación de datos. “Esta medición requiere que se defina tanto lo que se está midiendo y también la manera como se hace” (Machado y Sánchez, 2019, p. 19).

Revisión Documental: la información fue proporcionada a través de expedientes clínicos de los deportistas, investigaciones similares, artículos científicos, tesis, etc. El documento de revisión bibliográfico presenta tres fases: la investigación documental, lectura y registro de información, que también se la define a investigación documental como la búsqueda y selección de información (Machado y Sánchez, 2019).

3.5 Nivel de la Investigación

Descriptivo: permite analizar el grado de funcionalidad familiar presente en los jugadores y el nivel de tolerancia a la frustración, para posteriormente analizar los resultados obtenidos. Según Castro y Rodríguez (2019) “los estudios descriptivos permiten detallar situaciones y eventos, cómo se manifiestan ciertos fenómenos y busca determinar propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis” (p. 19)

Correlacional: nos permite identificar si existe una correlación entre el funcionamiento familiar y la tolerancia a la frustración en los jugadores del Centro Deportivo Olmedo de la ciudad de Riobamba, aplicando la prueba paramétrica de Pearson. Según (Gómez, 2020) menciona que “el estudio correlación tiene como objetivo comprender la relación o asociación que existe entre dos o más variables en una muestra o cierta población” (p. 2).

3.6 Población

La población está determinada por 130 fichas de datos de los jugadores de diferentes categorías, tomados de la base de información anónima proporcionada por el “Centro Deportivo Olmedo” del cantón Riobamba.

3.7 Muestra

La muestra está comprendida de 60 jugadores, conformados entre edades de 18 a 35 años del CCDO de la ciudad de Riobamba, se obtuvo la muestra de forma no probabilística por conveniencia cumpliendo con los criterios de inclusión y exclusión que se mencionan a continuación.

Criterios de Inclusión: se seleccionaron deportistas que posean expedientes clínicos y sociales completos, además que pertenezcan legalmente al Centro Deportivo Olmedo, también deberán ser mayores de dieciocho años y sexo masculino.

Criterios de Exclusión: se excluyeron deportistas que no poseen expedientes clínicos y sociales completos, que no pertenecen legalmente al Centro Deportivo Olmedo y sujetos menores de dieciocho años de sexo femenino y masculino.

3.8 Hipótesis

En base a la problemática expuesta, se plantea la siguiente hipótesis, la cual guiará todo el análisis a fin de establecer si existe o no una correlación entre el funcionamiento familiar y la tolerancia a la frustración.

- **Hipótesis (H₀):** A menor funcionamiento familiar, menor nivel de tolerancia a la frustración en los jugadores del Club Deportivo “Olmedo”.
- **Hipótesis (H₁):** A menor disfuncionalidad familiar, mayor nivel de tolerancia a la frustración en los jugadores del Club Deportivo “Olmedo”.

3.9 Métodos de Estudio

En el proyecto de investigación se aplicó el método teórico y estadístico, en lo que corresponde a la parte teórica se realizó el análisis e interpretación de la información recolectada a través de diversas fuentes bibliográficas y documentales de estudios relacionados, para expandir la investigación y fundamentar el estudio. El método estadístico se realizó en el momento de la aplicación de los instrumentos, que permitieron obtener los resultados estadísticos de la investigación

Según Barroso et al., (2021) se puede utilizar este método para manejar los datos estadísticos y posteriormente para el análisis e interpretación, este método es importante para la comprobación de la hipótesis propuesta, además, permite establecer si existe relación o no entre variables.

3.10 Instrumentos

Apgar Familiar: Este instrumento identifica los niveles de disfunción, se recomienda que se interprete como una baja, media o alta satisfacción en el funcionamiento familiar. Se menciona que debe evaluar 5 funciones básicas de la familia (adaptación, participación, gradiente de recursos personales, afecto, y recursos) y su puntuación difiere en cada área evaluada, se utilizarán datos procedentes del estado de la familia para formular un perfil de salud mental, el que a su vez proporcionará los datos necesarios para establecer la problemática y planificar intervenciones apropiadas, encaminadas a promover un óptimo estado de salud mental mediante la modificación del estilo de vida en los deportistas del Centro Deportivo Olmedo. La fiabilidad del Apgar familiar mostró un índice de correlación de Pearson, Alfa de Cronbach 0.71 y 0.83 en múltiples investigaciones para diversas realidades (Suarez y Alcalá, 2014).

Escala de Tolerancia a la Frustración (ETAF): este instrumento evalúa el desarrollo del nivel de tolerancia basado en veintiocho ítems, que mide el nivel de tolerancia alto, medio y bajo,

con tres alternativas como respuesta, opciones de: Nunca, A veces, Siempre; no se mencionará reglas de aplicación por lo cual se puede evaluar o aplicar en modo individual o colectivo, acorde al tiempo aproximadamente se manifiesta entre los 5 a 10 min, sujetos de 18 años en adelante, además, presenta cuatro dimensiones, personal, laboral, social y familiar. La confiabilidad interna general del instrumento es igual a 0.71, lo cual determina que tiene confiabilidad, los índices alcanzados en cada uno de los ítems también confirman una buena confiabilidad, por encima de 0.899 (Hidalgo y Soclle, 2011).

3.11 Procesamientos Estadísticos

En la presente investigación se utilizó la base de datos IBM-SPSS-Statistics, versión 29, para la identificación y recolección de datos estadísticos, posteriormente se realizó las pruebas de normalidad, a continuación, se procedió a la creación de tablas de frecuencia, porcentaje de cada variable y finalmente la tabla de correlación de variables.

3.12 Consideraciones Éticas

Para las consideraciones éticas de la investigación se realizó un convenio con las autoridades correspondientes para la aprobación de este estudio y consentimiento informado de uso de datos de los deportistas, recolectando la información a través de los documentos clínicos que fueron facilitados por el Centro Deportivo Olmedo, al ser aceptado este convenio, se procedió a la revisión de documentos solicitados para el estudio.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1 Resultados

En base a los objetivos planteados, la aplicación de los instrumentos indicados como son el Apgar familiar y la Escala de tolerancia a la frustración, los resultados se enfocan en encontrar la existencia del nivel de funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración, determinando finalmente si existe alguna correlación entre estas dos variables que se detallaran a continuación.

Tabla 1

Niveles de funcionamiento familiar

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Normal	17	28,3
Disfunción Leve	23	38,3
Disfunción Moderada	16	26,7
Disfunción Severa	4	6,7
Total	60	100,0

Nota: Información recolectada de la base de datos anónima proporcionada por la institución

Análisis e Interpretación

Según los datos obtenidos se observa que existe 17 sujetos con funcionalidad familiar normal que corresponde al 28.3% del total de la muestra, 23 sujetos con disfuncionalidad leve que corresponde al 38,3%, 16 sujetos con disfuncionalidad moderada que corresponde al 26,7% y 4 sujetos con disfuncionalidad severa que corresponde al 6,7% del total de la muestra.

Se observa que existe una mayor prevalencia de jugadores que presentan algún nivel de disfunción familiar, ya sea leve, moderado o grave; así dando respuesta a uno de los objetivos específicos planteados. Resulta predominante la disfunción familiar moderada y leve. En la investigación realizada por Agudelo et al., (2020) se observa que, a nivel de funcionamiento

familiar, los resultados encontrados marcan una existente prevalencia dentro de las tipologías, en el funcionamiento moderado que presenta la mayoría de la población de estudio.

Tabla 2

Nivel de tolerancia a la frustración

Nivel	Frecuencia	Porcentaje (%)
Tolerancia Baja	8	13,3
Tolerancia Media	27	45,0
Tolerancia Alta	25	41,7
Total	60	100,0

Nota: Información recolectada de la base de datos anónima proporcionada por la institución

Análisis e Interpretación

Según los datos obtenidos se observa que existe 27 sujetos que presentan tolerancia media a la frustración que corresponde al 45% del total de la muestra, 25 sujetos que presentan tolerancia alta a la frustración que corresponde al 41,7 % y 8 sujetos que presentan baja tolerancia a la frustración que corresponde al 13,3% del total de la muestra.

Los resultados de esta tabla indican que existe una mayor prevalencia en los jugadores que presentan una tolerancia a la frustración moderada y alta, así también identificando que más de la mitad de la muestra de estudio presentan un problema para manejar su tolerancia. En la investigación de Jiménez (2022) se observó datos similares, donde existe una prevalencia en niveles de frustración normal o moderado, tomando en cuenta que se aplicó en jugadores de alto rendimiento deportivo.

Tabla 3*Niveles de funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración*

APGAR FAMILIAR		ETAF			Total
		Tolerancia Baja	Tolerancia Media	Tolerancia Alta	
Normal	Recuento	0	7	10	17
	% del total	0,00%	11,65%	16,65%	28,30%
Disfunción Leve	Recuento	0	10	13	23
	% del total	0,00%	16,65%	21,65%	38,30%
Disfunción Moderada	Recuento	4	10	2	16
	% del total	6,68%	16,69%	3,34%	26,70%
Disfunción Severa	Recuento	4	0	0	4
	% del total	6,70%	0,00%	0,00%	6,70%
Total	Recuento	8	27	25	60
	% del total	13,38%	44,99%	41,63%	100,00%

Nota: Información recolectada de la base de datos anónima proporcionada por la institución.

Análisis e Interpretación

Según los resultados obtenidos, se observa que 10 sujetos con funcionalidad familiar normal presentan alta tolerancia a la frustración obteniendo el 16,65% y 7 sujetos con tolerancia media con el 11,65%; 10 sujetos con disfunción familiar leve presentan tolerancia a la frustración media con el 16,65% y 13 sujetos tolerancia alta con el 21,65%; 4 sujetos con disfunción familiar moderada presentan baja tolerancia a la frustración con el 6,68%, 10 sujetos presentan tolerancia media con el 16,69% y 2 sujetos con alta tolerancia con el 3,34%; finalmente 4 sujetos con disfunción familiar severa presentan baja tolerancia a la frustración con el 6,70%.

De acuerdo con los datos de la tabla cruzada, los jugadores presentan con mayor relevancia de acuerdo con las escalas de disfunción familiar y porcentajes, una disfunción severa con baja tolerancia a la frustración; una disfunción moderada con tolerancia media a la frustración; disfunción leve con tolerancia alta y funcionamiento normal con tolerancia alta, determinando que, más de la

mitad de la muestra presenta un grado de disfunción familiar y problemas en el manejo de la frustración. En la investigación realizada por Namuche y Vásquez (2017) se afirma que mientras los deportistas tengan una mejor calidad de vida relacionado al funcionamiento familiar, estos jugadores van a desarrollar de mejor manera la capacidad para tolerar la frustración.

Tabla 4

Correlación entre funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración

		Apgar familiar	Etaf
Apgar familiar	Correlación de Pearson	1	-,542**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	60	60
Etaf	Correlación de Pearson	-,542**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	60	60

Nota: Información recolectada de la base de datos anónima proporcionada por la institución.

Análisis e Interpretación

El valor del estadístico r de Pearson es de -0.542, es decir que tiene una correlación además de ser significativa. En la que se puede afirmar con un 95% de confianza, que la investigación planteada hay una correlación negativa media, relación inversa, entre la variable funcionamiento familiar y tolerancia a frustración, al ser el valor de Sig. (bilateral) es de 0.000, que se encuentra por debajo del 0.05 requerido, lo que permite rechazar la hipótesis nula y acepta la hipótesis alterna lo que confirma que mientras menor disfunción familiar, mayor es el nivel de tolerancia a la frustración.

Namuche y Vásquez (2017) en su estudio sobre la calidad de vida y tolerancia a la frustración, afirman que, a mayor calidad de vida mayor es el nivel de tolerancia a la frustración,

del mismo modo a menor calidad de vida, menor será los niveles de tolerancia a la frustración que el individuo desarrolle.

4.2 Discusión

En los resultados del presente estudio referente al funcionamiento familiar, se observa que existe una mayor prevalencia con 23 jugadores, que presentan una disfunción familiar leve, continuando 17 jugadores que presentan funcionamiento familiar normal, 16 jugadores disfunción familiar moderada y 4 sujetos con disfunción familiar severa. Así en la investigación de Agudelo et al., (2020) obtuvieron como resultados, que existe una mayor prevalencia del 76% que corresponde a 13 jugadores con tipología familiar moderadamente funcional y un 24% que corresponde a 4 jugadores con tipología funcional.

En comparación con nuestra investigación se entiende que, existe un porcentaje considerable de jugadores que presentan funcionalidad familiar moderada y normal, determinando que, aunque no sea en su mayoría grave, existe problemas en el funcionamiento familiar de los deportistas. En el trabajo teórico sobre estudio de la familia y el deporte en Holguín en deportistas de alto rendimiento, menciona que las cargas de entrenamiento y extensas temporadas alejadas de su familia, el enfrentamiento al rigor de la competencia, desequilibran la estructura familiar del individuo; de ahí que, las funciones de la familia se centran en el individuo, desequilibrando la dinámica familiar, los miembros de la familia asumen roles que no les corresponden, aumentando la presión sobre la familia y el deportista (Martínez y Góngora, 2012).

En los resultados sobre la segunda variable, se obtuvo que existen una mayor prevalencia en los jugadores con tolerancia media a la frustración, como segundo resultado más prevalente con tolerancia alta a la frustración y finalmente con tolerancia baja a la frustración; así, evidenciando en un porcentaje la tolerancia a la frustración. En un estudio realizado por Quito et al., (2017) sobre

la tolerancia a la frustración ante el fracaso en deportistas, se dieron resultados similares, determinando que existe una mayor prevalencia de deportistas que tiene un nivel de frustración alto del 6.17%, un nivel de frustración normal o moderado con el 41,4%, finalmente un nivel de frustración bajo con un 32,60%.

Por otro lado, en la investigación de Jimenéz (2022) se habla sobre la ansiedad y frustración en deportistas de alto y bajo nivel, se afirmó que los deportistas de alto nivel tienen puntuaciones bajas en frustración de competencia con $\bar{X}=7.20$, a comparación de los deportistas de no alto nivel con $\bar{X}=9.46$ esto quiere decir que, los deportistas de alto nivel tienen más tolerancia a la frustración y lo afrontan de mejor manera.

De acuerdo con los datos de niveles de funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en deportistas, los jugadores presentan con mayor relevancia de acuerdo a las escalas en las dos variables y porcentajes, una disfunción severa con baja tolerancia a la frustración con un 6,70%; una disfunción moderada con tolerancia media a la frustración con el 16,69%; disfunción leve con tolerancia alta con el 21,65% y funcionamiento normal con tolerancia alta con el 16,65%, determinando que, más de la mitad de la muestra presenten disfunción familiar moderada y leve asociados a niveles medios y altos de tolerancia a la frustración.

En el estudio sobre la relación entre la calidad de vida y la tolerancia a la frustración en deportistas de fútbol con una relación de ($p > .05$) entre las dos variables, también se menciona la relación con el funcionamiento familiar que va enlazado con una buena calidad de vida, afirman que, mientras mayor es la calidad de vida que presenta el jugador en su entorno, este va a desarrollar de mejor manera la capacidad de tolerar la frustración que se le presente (Namuche y Vásquez, 2017).

Esto determina que, un entorno familiar funcional o adecuado permite que los individuos puedan llegar a manejar mejor sus frustraciones; del mismo modo si un individuo presenta disfuncionalidad familiar, puede llegar a presentar problemas para manejar las frustraciones.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

- Se identificó mediante el instrumento Apgar familiar los tipos de funcionamiento familiar que, más de la mitad de los deportistas del CCDO presentan una disfuncionalidad familiar, principalmente en niveles moderado y leve; coincidiendo con las investigaciones que dieron fundamentación al proyecto en cuanto a que el entorno social local y regional presentan criterios de disfunción que bordean el nivel moderado, presentándose así como una problemática social que no solo afecta al entorno de deportistas de alto rendimiento.
- Se determinaron los niveles de tolerancia a la frustración, tras el análisis expuesto en los resultados, donde especifica que los jugadores del CCDO presentan un nivel medio y alto de tolerancia a la frustración, en concordancia con estudios que mencionan que existe un nivel medio y alto en tolerancia a la frustración en deportistas de alto rendimiento. Lo que demuestra que depende de las habilidades adquiridas e intrínsecas que tengan los deportistas para manejar la frustración y no recaer en conductas erróneas que provoquen un mal manejo de las emociones.
- Se estableció la correlación entre el funcionamiento familiar y la tolerancia a la frustración en los deportistas del CCDO, donde los jugadores que poseen una tolerancia media y baja a la frustración corroboran la correlación existente entre la falta de funcionalidad de sus familias, por lo que la cantidad de personas que presenta esta condición constituyen más de la mitad de los resultados, es decir que la evidencia presentada da por hecho el cumplimiento de la hipótesis planteada en

nuestra investigación, que señala que a menor disfuncionalidad familiar mayor tolerancia a la frustración.

5.2 RECOMENDACIONES

- Realizar actividades que incluyan al grupo familiar de los jugadores a fin de que conozcan las actividades que realizan, y puedan ser una parte activa del club, siendo la motivación que necesitan los jugadores que presentan una tolerancia media y baja a la frustración, así como disfuncionalidad familiar.
- Realizar un seguimiento de todos los jugadores que poseen un nivel de tolerancia a la frustración alta y relacionarlos con aquellos que poseen una baja tolerancia a la frustración a fin de que desarrollen habilidades que le permitan tener un mejor comportamiento y conducta por medio de la integración y colaboración.
- Ejecutar un plan de acción con expertos en diversas áreas a fin de tratar en forma integral a los jugadores que presentan una tolerancia baja y media a la frustración, con el fin de poder establecer que factores individuales influyen más en su conducta.
- Se recomienda para posteriores investigaciones similares, emplear una población más amplia, con la finalidad de extender los resultados para una mejor comprensión de las variables de estudio, y así, llegar a identificar este tipo variables que se pueden presentar en los distintos clubes deportivos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Agudelo, F., Palacios, K., & Tabarda, J. (2020). *Influencia de la tipología familiar en la motivación y ansiedad de los futbolistas en las edades de 11 a 13 años de la escuela Pinos Club del barrio Buenos aires de la ciudad de Medellín* [Tesis de grado, Tecnológico de Antioquia Instituto Universitario]. Repositorio institucional. <https://dspace.tdea.edu.co/handle/tdea/1222>
- Agurto, A. (2019). *Funcionamiento Familiar y la Tolerancia a la frustración en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes-2018* [Titulo de pregrado, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio institucional. <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/401/TESIS%20-%20AGURTO%20PERICHE.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Alvarez, S., & Maldonado, K. (2017). *Funcionamiento familiar y dependencia emocional en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio institucional. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/4785/PSaldesk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Amoretti, M., & Cardenas, C. (2021). *Exposición a la violencia y tolerancia a la frustración en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública, Pisco 2021* [Tesis de Pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/75847/Amoretti_GMA_Cardenas_CA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Anticona, D., & Vasquez, E. (2019). *Propiedades Psicométricas de la escala Tolerancia a la Frustración en estudiantes de secundaria de las instituciones educativas de Nuevo Chimbote* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/40665/Anticona_MDY-Vasquez_REE.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Aristegui, I., Beloki, U., Royo, R., & Cabrera, M. (2018). Cuidado, valores y género: la distribución de roles familiares en el imaginario colectivo de la sociedad española. *Inguruak Revista de Vasca de Sociología y Ciencia Política*, 0(65), 90-108. doi:<https://inguruak.eus/index.php/inguruak/article/view/65-2018-art05/83>

- Atunes, R. (2020). *Estilos parentales, apego y tolerancia a la frustración: transmisión intergeneracional abuelos-padres-nietos* [Tesis de Doctorado, Universidad Ramon Llull]. Repositorio institucional. <https://www.tdx.cat/handle/10803/668744#page=1>
- Barcos, N. (2020). *Desarrollo de la personalidad en la primera infancia (0-6 años)* [Tesis de pregrado, Universidad Zaragoza]. Repositorio institucional. <https://zaguan.unizar.es/record/98070/files/TAZ-TFG-2020-2533.pdf>
- Barroso, C., Sánchez, R. M., Morales, M., & Vicente, M. (2021). Tolerancia a la frustración, estrés y autoestima como predictores de la planificación y toma de decisiones en adolescentes. *Revista de estudio e investigación en psicología y educación*, 8(1), 1-19. <https://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/reipe.2021.8.1.7077>
- Bezanilla, J., & Miranda, A. (2013). La familia como grupo social: una re-conceptualización. *Alternativas en psicología*, 17(29). http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-339X2013000200005#:~:text=A%20la%20familia%20se%20le,los%20%C3%A1mbitos%20de%20su%20existencia.
- Brizuela, B., González, C., Brizuela, Y., & Sánchez, D. (2021). La educación en valores desde la familia en el contexto actual. *MEDISAN*, 25(4), 982-1000. <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v25n4/1029-3019-san-25-04-982.pdf>
- Calderón, M. (2007). El desarrollo de la capacidad analítica y el cambio perceptivo por medio de la escritura y los registros. *Ciencia y Cultura*, 14(67), 23-30. <https://www.redalyc.org/pdf/294/29406704.pdf>
- Canales, E., Abaunza, G., & Dimas, S. (2010). *Cómo convertirte en el detective de tus propias emociones; Aprendiendo a manejar emociones en secundaria para desarrollar aptitudes resilientes*. Ángeles Editores. https://www.uaeh.edu.mx/investigacion/icshu/LI_PolitEdu/Emma_Canales/detective.pdf
- Castro, J., & Rodríguez, E. (2019). *Estrategias de afrontamiento y autoestima en estudiantes de nivelación, Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba, 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio institucional. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/5954>

- Checa, V., & Orben, M. (2019). Funcionalidad familiar y desarrollo de los vínculos afectivos en niños con problemas conductuales de la Fundación “Nurtac” en Guayaquil, Ecuador. *ACADEMO*, 6(2), 149-163. doi:DOI: <http://dx.doi.org/10.30545/academo.2019.jul-dic.5>
- Chernicoff, L., & Rodríguez, E. (2018). Autoconocimiento: una mirada hacia nuestro universo interno. *Didac*, 6(72), 29-37. <https://biblat.unam.mx/hevila/Didac/2018/no72/6.pdf>
- Chuchón, K. (2019). *Funcionamiento familiar y tolerancia a la frustración en padres de hijos con trastorno del espectro autista* [Tesis de pregrado, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Federico Villareal]. Repositorio institucional. https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/2771/UNFV_CHUCHON_ACHULLI_KATERIN_BRENDA_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Cole, M. (2016). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Crítica Barcelona. <https://saberepsi.files.wordpress.com/2016/09/vygostki-el-desarrollo-de-los-procesos-psicolc3b3gicos-superiores.pdf>
- Delgado, K., & Barcia, M. (2020). Familias disfuncionales y su impacto en el comportamiento de los estudiantes. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 5(12), 419-433. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8042551>
- Díaz, M. (2021). *Efectos de la desintegración familiar en el redimiento académico de los estudiantes de Quito grado de la escuela de educación básica Antonio Granda Centeno, río blanco, año electivo 2018-2019* [Tesis de pregrado, Universidad Politécnica Salesiana Sede Cuenca]. Repositorio institucional. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/21477/1/UPS-CT009449.pdf>
- Druán, N. (2011). *Análisis estructural de la familia actual*. [Tesis de grado, Universidad de Sonora]. Repositorio institucional. <http://www.repositorioinstitucional.uson.mx/bitstream/20.500.12984/2207/1/duranmarqueznoyranereidal.pdf>
- Espinar, I., Carrasco, I., & Martínez, J. (2003). Familias reconstituidas: Un estudio. *Clínica y Salud*, 14(3), 301-332. <https://www.redalyc.org/pdf/1806/180617972003.pdf>
- García, C. (2019). *Efecto de la frustración en seres humanos: un estudio conductual y psicofisiológico* [Tesis de doctorado, Universidad de Navarra]. Archivo digital. https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/58946/1/Tesis_GarciaRoda19.pdf

- Gómez, L. (2011). Un espacio para la investigación documental. *Vanguardia Psicológica*, 1(2), 226-233. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4815129.pdf>
- Gómez, E. (2020). Análisis correlacional de la formación académico-profesional y cultura tributaria de los estudiantes de Marketing y Dirección de Empresas. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(6), 478-483. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000600478
- Gómez, M., Aguirre, T., & Borges, M. (2021). Tolerancia a la frustración en niñez con altas capacidades. Diseño y evaluación de un programa de intervención. *Revista Educación*, 46(1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44068165036>
- Gómez, M., Padilla, M., & Padilla, E. (2005). Diseño de intervención en funcionamiento familiar. *Psicología para América Latina*, 1(3), 1870-3501. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n3/n3a05.pdf>
- Hayes, S. (2013). *Sal de tu mente, entra en tu vida. La nueva terapia de aceptación y compromiso*. Desclée de Brouwer. <https://grupoetapas.com.ar/wp-content/uploads/2020/07/Sal-de-tu-mente-entra-en-tu-vida.pdf>
- Hidalgo, N., & Soclle, F. (2011). *Escala de Tolerancia a la frustración (ETAF)*. Kupdf. https://kupdf.net/download/manual-etaf-escala-de-tolerancia-a-la-frustraci-oacute-n_58adda976454a70b04b1e922_pdf
- Jiménez, N. (2022). *Estudio de la ansiedad y frustración en deportistas de alto y bajo nivel deportivo* [Tesis de pregrado, Universidad de les Illes Balears]. Archivo digital. https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/159779/Jim%C3%A9nez_Murillo_Nuria.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kliksberg, B. (2005). La familia en américa latina. Realidades, Interrogantes y Perspectivas. *Convergencia*, 1(38), 13-41. <https://www.scielo.org.mx/pdf/conver/v12n38/2448-5799-conver-12-38-13.pdf>
- Larrain, E., & Mollo, J. (2020). Rasgos de personalidad y bullying LGBT-fóbico: Una revisión. *Revista de psicología y Ciencias Afines*, 37(2), 7-22. <http://www.ciipme-conicet.gov.ar/ojs/index.php?journal=interdisciplinaria&page=article&op=view&path%5B%5D=419&path%5B%5D=pdf>
- Machado, E., & Sánchez, M. (2019). *Inteligencia emocional y ansiedad en aspirantes a policías. Escuela de formación de policías. Grupo de operaciones especiales. Guano, 2019* [Tesis

- de grado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio institucional. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/6609>
- Macías, M., Madariaga, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
- Mansilla, A. (2000). Etapas del desarrollo humano. *Dialnet*, 3(2), 105-116. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8176557>
- Martínez, H. (2015). La familia: una visión interdisciplinaria. *Revista Médica Electrónica*, 37(5), 1684-1824. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242015000500011
- Martínez, L., & Góngora, A. (2012). La familia y el deporte desde una perspectiva sociológica. *Efdeportes*, 17(169). <https://www.efdeportes.com/efd169/la-familia-y-el-deporte.htm>
- Minuchin, S., & Fishman, H. (1984). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Paidós. https://www.academia.edu/11982733/T%C3%A9cnicas_de_terapia_familiar_Salvador_Minuchin_H_Charles_Fishman
- Mondragón, R., & Vásquez, J. (2022). *Tolerancia a la frustración y agresión reactiva/proactiva en adolescentes atendidos en un centro de salud de la Victoria* [Tesis de posgrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/87146/Mondrag%c3%b3n_LRE-V%c3%a1squez_EDBJM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Montalvo, J., & Espinosa, M. (2013). Análisis del ciclo vital de la estructura familiar y sus principales problemas en algunas familias mexicanas. *Alternativas en Psicología*, 17(28), 73-91. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-339X2013000100007
- Montalvo, J., Sandler, E., & Amarante, M. (2005). Comparación del grado de disfuncionalidad en la estructura de familias con y sin paciente identificado. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 8(1). <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol8num1/art5-n1-05.pdf>
- Moreno, I. (2022). *Identificando indicadores relacionados con la tolerancia a la frustración y la autoconfianza: un estudio con menores con diversidad funcional en un contexto deportivo inclusivo* [Tesis de maestría, Universidad de Valladolid]. Archivo digital.

- <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/57162/TFM-G1610.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Mustaca, A. (2018). Frustración y conductas sociales. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(1), 65-81. doi:<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4643>
- Namuche, C., & Vásquez, K. (2017). *Calidad de vida y tolerancia a la frustración en deportistas de un club de fútbol, Chiclayo* [Tesis de Pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio institucional. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4109/Namuche%20Salazar%20-%20Vasquez%20Limo%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Osorio, A., & Cobián, A. (2009). Componentes de la función afectiva familiar: una nueva visión de sus dimensiones e interrelaciones. *Medisan*, 13(6). <http://scielo.sld.cu/pdf/san/v13n6/san16609.pdf>
- Palacios, S. (2021). *Alto Rendimiento Creemos en ti*. Ministerio del deporte. https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/2022/01/MINDEP_PlanAltoRendimiento_2022.pdf
- Paladines, M., & Quinde, M. (2010). *Disfuncionalidad Familiar en niños y su incidencia en el rendimiento académico escolar* [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio institucional. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2267/1/tps602.pdf>
- Palomino, M., & Torro, L. (2014). La convivencia familiar y sus factores implicados en dos comunidades del municipio de Anserma-Caldas. *Revista Criterio Libre Jurídico* , 11(1), 65-84. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7830025#:~:text=En%20la%20cotidianidad%20ocurren,para%20la%20consolidaci%C3%B3n%20del%20sistema.>
- Papalia, D., & Felman, R. (2012). *Desarrollo Humano* . Mexico : McGraw-Hill/Interamericana Editores, S.A. DE C.V.
- Pérez, A. (2016). *"Homoparentalidad" un nuevo tipo de familia* [Tesis de pregrado, Universidad de Chile]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/142548/Homoparentalidad-un-nuevo-tipo-de-familia.pdf?sequence=1>
- Pilco, G., Rea, P., & Segura, D. (2021). *Estilos de crianza y tolerancia a la frustración en estudiantes. Unidad Educativa comunitaria Intercultural Bilingüe Surupukyu. Guaranda*,

- 2021 [Tesis de pregrado, Univeridad Nacional de Chimborazo]. Repositorio Institucional. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/7885>
- Porras, S. (03 de Agosto de 2018). *Consejos para manejar la frustración*. Enfoque a la familia Ecuador. <https://www.enfoquealafamilia.com/obtener-ayuda/consejos-para-manejar-la-frustracion/>
- Quito, F., Arteaga, P., & Planche, D. (2017). Tolerancia a la frustración en deportistas adolescentes seleccionados de la federación deportiva del Azuay ante el fracaso en una competencia durante el año 2016-2017. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 69-82. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/61776>
- Rea, P., & Segura, D. (2021). *Estilos de crianza y tolerancia a la frustración en estudiantes. Unidad Educativa Comunitaria Intercultural Bilingüe Surupukyu. Guaranda, 2021* [Tesis de grado, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio institucional. <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/7885/1/7.%20TESIS%20Rea%20Chacha%20Piedad%20Abigail%20Y%20Segura%20Guerreo%20Daysi%20-PSC.pdf>
- Rivero, M. (2019). Empatía, el arte e entender a los demás. *ResearchGate*, 1-13. https://www.researchgate.net/publication/333701266_Empatia_el_arte_de_entender_a_los_demas
- Roca, E. (2013). *Autoestima Sana, una vision actual, basada en la investigación (2nd ed)*. ACDE Ediciones. <http://www.psicologia-positiva.es/wp-content/uploads/2015/09/AUTOESTIMA-SANA-UNA-VISI%C3%93N-BASADA-EN-LA-INVESTIGACI%C3%93N-ELIA-ROCA.pdf>
- Rodríguez, M. (2013). *Influencia de la implicación de la familia en la motivación de los hijos* [Tesis de maestría, Universidad de Almería]. Repositorio institucional. <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/3061/Trabajo.pdf?sequence=1&i>
- Rojas, A., Morales, D., & Sandoval, J. (2021). Contruccion y vaidación de una Escala de Tolerancia a la Frustracion para estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, 12(2), 17-35. doi:<https://doi.org/10.17162/au.v12i2.1031>
- Sancho, S., & Maigua, A. (2017). *Actividad física y funcionalidad familiar en adolescentes de la unidad educativa Dr. Benjamín carrión del comité del prueblo* [Tesis de pregrado, Pontifica Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio institucional.

- <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/12715/ANDRES%20MAIGUA%20-%20SILVIA%20SANCHO%20-%20copia.pdf?sequence=1>
- Suarez, M., & Alcalá, M. (2014). Apgar familiar: una herramienta para detectar disfunción familiar. *Revista Médica la Paz*, 20(1), 53-57. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582014000100010
- Suárez, P., & Vélez, M. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familia y estilo de educación parental. *Dialnet*, 12(20), 173-198. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6573534>
- Toala, K., & Rodríguez, M. (2022). Estrategias de afrontamiento y tolerancia a la frustración en adolescentes. *Revista Ecuatoriana de Psicologías*, 5(12), 72-80. doi:<https://doi.org/10.33996/repsi.v5i12.72>
- Torres, Y. (2019). *Tolerancia a la frustración en alumnos de 5to. y 6to. grado de educación primaria de la Institución Educativa de Acción Conjunto Apóstol San Pedro - Mala, Provincia Cañete, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio institucional. <http://repositorio.uigv.edu.pe/handle/20.500.11818/4117>
- UNICEF. (7 de Octubre de 2020). *La salud mental es determinante para que niños, niñas, adolescentes, familias y comunidades puedan salir adelante*. Unicef Ecuador. <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/la-salud-mental-es-determinante-para-que-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-adolescentes-familias-y-comunidades-puedan-salir-adelante>. [#:~:text=%E2%80%9CLa%20salud%20mental%20est%C3%A1%20relacionada,familias%20puedan%20salir%20adelante%E2%80%9D%2C%20afir](https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/la-salud-mental-es-determinante-para-que-ni%C3%B1os-ni%C3%B1as-adolescentes-familias-y-comunidades-puedan-salir-adelante)
- Valarezo, C., Celi, S., Rodríguez, D., & Sánchez, V. (2020). Caracterización general y evolución de la personalidad en la primera infancia. *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(16), 469-482. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2616-79642020000400010&script=sci_arttext
- Valgañón, M. (2014). Estilo de funcionamiento de las familias de acogida y conducta adaptativa - Autoconcepto de los niños, niñas y adolescentes bajo su ciudad. *Scribd*, 5(2), 156-169. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4945411>
- Viaplana, G. (2015). *Aprender a tolerar la frustración en el segundo ciclo de Educación Infantil* [Tesis de grado, Universidad Internacional de la Rioja]. Repositorio institucional. https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/2844/Gemma_Viaplana_More.pdf

- Villalobos, A. (1999). La problemática de la familia de hoy. *Adolescencia y Salud*, 1(1), 80-82.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-41851999000100012
- Villaroel, V., García, C., Melipillán, E., Achondo, E., & Sánchez, O. (2015). Aprender del error es un acierto. Las dificultades que enfrentan los estudiantes chilenos en la Prueba PISA. *Estudios Pedagógicos*, 41(1), 293-310. <https://www.scielo.cl/pdf/estped/v41n1/art17.pdf>
- Zapata, S. (2022). Estudio comparativo sobre psicología familiar en deportistas de natación. *Arrancada*, 22(41), 90-105.
<https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/439>
- Zumba, D. (2017). *Disfuncionalidad familiar como factor determinante de las habilidades sociales en adolescentes de la fundación proyecto don bosco* [Tesis de Grado, Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio institucional.
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1941/1/76442.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Ficha de Revisión Documental

Ficha de Revisión Documental		N°
Autor (es):		
Institución:		
Fecha de consulta:		
Tipo de fuente de información:		
Nombre de la fuente:		
Observación de resultados		
Apgar Familiar	Etaf	
Resumen:	Resumen:	
Resultados:	Resultados:	
Descripción:	Descripción:	

Anexo 2: Cuestionario para la evaluación de la Funcionalidad en la Familia

Cuestionario para la evaluación de la funcionalidad den la familia

PREGUNTAS	NUNCA	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	CASI SIEMPRE	SIEMPRE
Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o necesidad?					
Me satisface como en mi familia hablamos y compartimos nuestros problemas					
Me satisface como mi familia acepta y apoya mi deseo de emprender nuevas actividades de					
Me satisface como mi familia expresa afecto y responde a mis emociones tales como rabia, tristeza, amor.					
Me satisface como compartimos en mi familia:					
1. el tiempo para estar juntos					
2. los espacios en la casa					
3. el dinero					
¿Usted tiene un(a) amigo(a) cercano a quien pueda buscar cuando necesite ayuda?					
Estoy satisfecho(a) con el soporte que recibo de mis amigos (as)					

Suarez (2014)

Anexo 3: Escala de Tolerancia a la Frustración

ESCALA DE TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN (ETAF)

Sexo (F) (M) Edad: _____ Fecha: _____

Instrucciones: A continuación se le presenta una lista de situaciones, si una de las opciones presentadas describe mejor cómo reacciona, marque con una X en los casilleros vacíos, recuerde que no hay respuesta correcta o errónea.

ITEMS	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
1. Mantengo serenidad ante las dificultades			
2. Cuando estoy en problemas confío en que lo resolveré			
3. Cuando estoy ante un problema, normalmente analizo con tranquilidad la causa del problema.			
4. Reconozco mis errores sin sentirme mal, y trato de solucionarlo			
5. Cuando realizo una actividad sin lograr lo esperado, aun así siento la satisfacción de haberlo intentado			
6. Me siento motivado a continuar con mis propósitos.			
7. Cuando hay un problema, reacciono con calma sin enojarme			
8. Cuando me enfrento a un problema, no me rindo fácilmente			
9. Asumir varias actividades al mismo tiempo y no lograr terminarlo me genera mucha preocupación			
10. Cuando no cumplo con mis compromisos me siento preocupada (o)			
11. Generalmente cuando tengo varios trabajos en mi trabajo los culmino sin sentirme muy cansado			
12. Cuando las personas me critican en mi trabajo, normalmente les refuto sin ofenderlos ni sentirme mal			
13. Me doy cuenta fácilmente de lo que siento frente a situaciones de presión laboral y puedo manejarlo adecuadamente.			
14. A pesar de tener resultados adversos en mis actividades de trabajo o estudio, siento satisfacción si he dado lo mejor de mí			
15. Cuando no entiendo una tarea, me disgusta fácilmente			
16. Normalmente me relaciono sin dificultades con personas desconocidas en reuniones sociales			
17. Habitualmente manejo mis impulsos frente a problemas			
18. Generalmente reacciono con tranquilidad ante las diferencias que tengo con mis amigos.			
19. Generalmente disfruto la presencia de mis amigos.			
20. Cuando existe un problema con alguien normalmente controlo mis impulsos.			
21. Reacciono con prudencia en circunstancias difíciles frente a mis amigos.			
22. Habitualmente respeto las normas que hay en casa			
23. Frente a dificultades y problemas que me desmotivaban, siempre recibí apoyo de mis padres y hermanos			
24. Mis padres tienen un trato agradable conmigo a pesar de mis defectos.			
25. Generalmente comprendo a mis padres cuando están enojados.			
26. Cuando mis padres se molestan conmigo, trato de controlar la situación.			
27. Realizo las actividades de casa con responsabilidad y disfruto hacerlas.			
28. No me dejo llevar por problemas familiares fácilmente.			

Hidalgo y Soclle (2011)