

Piloteo de la intervención “Afrontando la vida cotidiana” en niños entre cuatro y seis años

Piloting the “Coping with Everyday Life” Intervention for Children Aged Four to Six

María Teresa Monjarás Rodríguez^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-8196-3890>

Leslie Mariana Hernández Galván¹ <https://orcid.org/0009-0004-6130-4232>

Martha Abigail Mata Estrada¹ <https://orcid.org/0009-0005-1169-8349>

¹Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología, Coordinación en Psicología Clínica y de la Salud. Ciudad de México, México.

*Autor para la correspondencia: teremonjaras87@gmail.com

RESUMEN

Introducción: Es importante recalcar que los primeros años de vida constituyen una gran oportunidad para una promoción eficaz de la salud mental, a través de la promoción del afrontamiento adaptativo.

Objetivo: Pilotear la intervención “Afrontando la vida cotidiana” con un grupo de niños entre 4 y 6 años de edad, para aumentar el afrontamiento funcional y disminuir el estrés, así como problemas internalizados y externalizados.

Métodos: El estudio se desarrolló en una escuela pública al sur de la Ciudad de México y participaron 65 niños y niñas. Se realizó una evaluación antes y después de la intervención, mediante las escalas de estrés cotidiano y de afrontamiento para

preescolares, y el cuestionario sobre el comportamiento de niños(as) de 1,5 a 5 años. Se utilizaron las pruebas T de Wilcoxon y d de Cohen para evaluar los resultados.

Resultados: Los resultados muestran que hubo un aumento en el afrontamiento funcional y una disminución en la escala de depresión/ansiedad después de la intervención. No se observaron diferencias significativas en el estrés cotidiano de los niños, ni en otros problemas internalizados o externalizados, aunque sí hay una disminución de estos después de la intervención.

Conclusiones: Los resultados del piloteo indican que la intervención puede utilizarse para promover el afrontamiento adaptativo en los preescolares; también se sugiere la necesidad de tener un grupo control para evaluar su eficacia.

Palabras clave: intervención; preescolares; afrontamiento; internalizados; externalizados.

ABSTRACT

Introduction: It is important to emphasize that the early years of life represent a great opportunity for effective mental health promotion through adaptive coping.

Objective: To pilot the “Coping with Everyday Life” intervention with a group of children between 4 and 6 years of age, to increase functional coping and to reduce stress, as well as internalizing and externalizing problems.

Methods: The study was conducted in a public school in southern Mexico City and included 65 children. A pre- and post-intervention assessment was conducted using the Daily Stress and Coping Scales for Preschoolers, and the Behavioral Questionnaire for Children Aged 1.5 to 5 Years. The Wilcoxon t-test and Cohen's d test were used to evaluate the results.

Results: The results show an increase in functional coping and a decrease in the depression/anxiety scale after the intervention. No significant differences were

observed in children's daily stress or other internalizing or externalizing problems, although these did decrease after the intervention.

Conclusions: The results of the pilot study indicate that the intervention can be used to promote adaptive coping in preschoolers; it also suggests the need for a control group to evaluate its effectiveness.

Keywords: intervention; preschoolers; coping; internalizing; externalizing.

Recibido: 19/02/2025

Aceptado: 15/09/2025

Introducción

El estrés es un constructo complejo, difícil de definir y presente a lo largo de la evolución del ser humano; sin embargo, en los últimos años el término se ha popularizado debido al interés y la necesidad de entender este fenómeno.

El modelo transaccional creado por Lazarus y Folkman ha sido el más aceptado. Estos autores consideran al estrés como resultado de la evaluación que realiza el individuo entre las demandas del entorno y los recursos con los que cuenta para enfrentarse a tales demandas.⁽¹⁾

El estrés es un fenómeno que se encuentra presente en la vida diaria como resultado del impacto acumulativo de aquellas dificultades cotidianas que provocan una sobrecarga o frustración, lo cual tiene una relevancia significativa en la salud. El efecto que dicho evento tenga para el individuo dependerá del significado que este le asigne; a este tipo de estrés se le denomina en la literatura como estrés cotidiano.⁽²⁾

Se ha demostrado que el estrés cotidiano puede presentarse en niños y niñas desde la edad preescolar y es una variable relevante en el desarrollo infantil, en especial en el ámbito emocional.^(3,4)

En México se realizó un estudio con niños de 4 a 6 años, donde se encontró que los principales estresores cotidianos son: accidentes o enfermedades, miedo a la oscuridad, películas, ruidos, fantasmas, sanciones por parte de padres o maestros, conflictos con sus compañeros y sentimientos de incertidumbre.⁽⁵⁾

Ante estos estresores cotidianos, tanto los niños como las personas adultas van a afrontar sus conflictos de diferentes formas, en función de sus características individuales, sus relaciones personales, la situación estresante a enfrentar y las características socioculturales del ambiente.^(6,7)

Como resultado de esta conceptualización, el afrontamiento comenzó a ser considerado como un proceso de adaptación, lo que permitió la aparición de diversas clasificaciones en torno a sus estrategias,⁽⁷⁾ que se definen como aquellas respuestas personales, flexibles y maleables, dirigidas a regular las emociones, conductas, cogniciones, respuestas fisiológicas, y variables del entorno sociales o comunitarias, en respuesta al estrés de los eventos cotidianos. En estudios recientes se ha observado que el afrontamiento resulta un mediador entre el estrés y los problemas emocionales en niños.^(7,8,9,10)

Se distingue entre las estrategias de afrontamiento productivo y no productivo. Las primeras permiten a la persona enfrentar de forma eficaz los conflictos, ya que utilizan los medios útiles para abordar y tratar una dificultad de manera centrada en el problema o centrada en la emoción; mientras que las estrategias no productivas pueden transformar el conflicto en formas negativas y dar como resultado intentos principalmente inútiles para lidiar con el estrés.⁽¹¹⁾

Se ha observado que el uso de diversas estrategias de afrontamiento produce diferentes resultados de adaptación, salud mental y resiliencia. Las estrategias de afrontamiento no productivas o disfuncionales suelen asociarse con psicopatología e inadaptación, a diferencia de las estrategias de afrontamiento productivas y

funcionales, que brindan una mayor capacidad para afrontar los desafíos de la vida diaria de una manera más adaptativa.^(8,12,13)

En México se evaluó a 115 preescolares para analizar la relación entre las diferentes áreas del estrés cotidiano y los tipos de afrontamiento, donde se encontró que los tipos de afrontamiento emocional, disfuncional y de evitación correlacionaron positivamente con todas las áreas de estrés cotidiano (familiar, escolar, ambiental y fantasías negativas) y con el estrés general. Los resultados encontrados sirven como antecedente para planear programas de prevención del estrés cotidiano en los preescolares, donde será importante reconocer las estrategias de afrontamiento características de la etapa preescolar, así como modelar estrategias adecuadas para resolver el problema y disminuir el nivel de amenaza percibido por el individuo en su contexto.⁽⁵⁾

Algunas intervenciones que consideran el eje de afrontamiento son:

- *Zippy's Friends*: que busca ayudar a los niños a encarar las adversidades cotidianas y los acontecimientos negativos de la vida, al proporcionar un entrenamiento efectivo en habilidades de afrontamiento y adaptación ante diferentes situaciones. Este es un programa que ha demostrado su efectividad y cuenta con efectos significativos a corto plazo para mejorar las habilidades de los niños.⁽¹⁴⁾
- COPE-R: desarrollado en Australia. Tiene por objetivo desarrollar la autorregulación de las emociones, la empatía, el autocuidado, la solidaridad, la comunicación abierta y la enseñanza de estrategias de afrontamiento a niños y niñas de entre tres a ocho años de edad, mediante la implementación de diferentes actividades para facilitar la enseñanza y la práctica de los conocimientos y habilidades.⁽¹⁵⁾ Hasta el momento, este programa ha demostrado su efectividad mejorando los comportamientos prosociales, la expresión y las habilidades de afrontamiento, calificadas por los maestros después de la intervención.⁽¹⁶⁾

Los primeros años de vida constituyen una gran oportunidad para una promoción eficaz de la salud mental, así como de las estrategias de afrontamiento, ya que estas pueden situar a los niños de edad preescolar en trayectorias del desarrollo más o menos adaptativas, que pueden llegar a ser predecesoras de los patrones de afrontamiento en la edad adulta.^(17,7)

Lo anterior pone de manifiesto la necesidad de implementar en los niños y niñas desde edad preescolar estrategias de prevención enfocadas a la promoción de un afrontamiento funcional mediante herramientas que les permitan solucionar de manera adaptativa las situaciones estresantes o retos que se presenten. Por lo que este estudio tuvo como objetivo pilotear la intervención “Afrontando la vida cotidiana” con un grupo de niños entre cuatro a seis años de edad, con la finalidad de aumentar el afrontamiento funcional, disminuir el estrés, así como problemas internalizados y externalizados.

Métodos

Se realizó un estudio piloto con diseño cuasiexperimental con un solo grupo evaluado antes y después de la intervención.

El taller se implementó desde una modalidad presencial. Participaron 65 preescolares en una escuela de educación preescolar ubicada al sur de la Ciudad de México, divididos en cuatro grupos (2°A, 2°B, 3°A y 3°B).

Los criterios de inclusión fueron: niños y niñas entre cuatro a seis años de edad que estuvieran cursando el segundo o tercer grado de preescolar, cuyos padres presentaron el consentimiento informado.

Los criterios de exclusión: niños y niñas menores de cuatro años o mayores de seis años, preescolares que no contaron con el consentimiento informado de sus padres.

Para la realización del taller se contó con la aprobación del Comité de Proyectos PAPIIT DGAPA TA300323; además, se cumplió con las declaraciones éticas para los estudios en humanos.

Intervención “Afrontando la vida cotidiana”

Es una intervención preventiva diseñada para reducir el estrés cotidiano en preescolares mexicanos, que tiene como eje al afrontamiento. Se sustenta en la teoría del afrontamiento, la teoría cognoscitiva del aprendizaje social y aprendizaje socioemocional, el modelo de solución de conflictos, ya que estas son las que se han utilizado en los programas con evidencia empírica y con prueba de efectividad. Otro tema importante por introducir en dicha intervención es la violencia, ya que, en el contexto de México, es un tema que produce estrés, tanto en preescolares como en adultos.

Este taller se realizó en el período de febrero a mayo de 2022. Las sesiones se llevaron a cabo en el horario de clases de los preescolares y, en las últimas cuatro sesiones se incluyó a los cuidadores.

Las sesiones se realizaron una vez a la semana, con una duración aproximada de 60 min, dirigidas por alumnos del último semestre de la Licenciatura en Psicología con una previa capacitación y bajo una supervisión constante.

Las sesiones trabajadas en el taller “Afrontando la vida cotidiana” se organizó con la estructura general siguiente:

- Sesión de preevaluación
- Sesión 1. Presentación de los integrantes del grupo, alianza terapéutica y cohesión grupal
- Sesión 2. Identificación de las emociones

- Sesión 3. Comprensión de las emociones
- Sesión 4. Identificación del estrés cotidiano
- Sesión 5. Identificación de malos y buenos tratos en escuela y familia e importancia de la amistad
- Sesión 6. Comunicación con mi familia y amigos
- Sesión 7. Solución de problemas
- Sesión 8. Afrontamiento
- Sesión 9. Afrontando con mis padres
- Sesión 10. Comunicación entre padres e hijos
- Sesión 11. Solución de conflictos en la familia, reconstruyendo la relación
- Sesión 12. Cierre del taller
- Sesión de posevaluación

Instrumentos de evaluación

Escala de estrés cotidiano en preescolares: emplea una escala pictórica tipo Likert, con tres opciones de respuesta que miden la percepción del estrés cotidiano de los preescolares en diversas áreas; consta de 19 reactivos. Sus índices de validez por análisis confirmatorio son NFI = 0,866, IFI = 0,930, TLI = 0,914, CFI = 0,929. Evalúa el estrés en las siguientes áreas: relación con los padres, relación con los hermanos, ambiental, escolar, fantasías y castigos.^(18,19)

Escala de afrontamiento para preescolares: se emplea una escala pictórica tipo Likert de 17 reactivos con tres opciones de respuesta que miden la frecuencia con que los niños utilizan las estrategias de afrontamiento: la escala presentó una varianza del 53,85 %, KMO = 861 y un alfa de Cronbach de 0,845. Los tipos de afrontamiento que evalúa esta escala son: emocional, evitativo, funcional y disfuncional.⁽⁵⁾

Cuestionario sobre el comportamiento de niños/as (CBCL- 1,5-5): es un cuestionario para edades 1,5-5 años contestado por el cuidador, compuesto por 99 ítems que miden diferentes problemas externalizados (problemas de atención y conducta agresiva) e internalizados (reactividad emocional, ansiedad/depresión, quejas somáticas y retraimiento) de niños entre los 18 meses y los 60 meses presentados en los últimos dos meses. Se hallaron niveles altos de confiabilidad por consistencia interna para “problemas totales” ($r = 0,95$), “internalizante” ($r = 0,89$) y “externalizante” ($r = 0,92$), mientras que para los síndromes se obtuvieron valores del alfa de Cronbach entre 0,66 y 0,92.⁽²⁰⁾

Los análisis estadísticos se administraron utilizando el paquete estadístico (SPSS) versión 25.0. Se utilizó la prueba T de Wilcoxon (Tw) para comparar si existieron diferencias antes y después del taller; es decir, pretest y posttest en una sola muestra. Además, se utilizó la d de Cohen para medir el tamaño del efecto de las intervenciones realizadas, el coeficiente resultante puede considerarse pequeño ($d > 0,20$), mediano ($d > 0,50$) o grande ($d > 0,80$).

Resultados

En la evaluación del estrés cotidiano en preescolares participaron 65 niños, de los cuales 58 completaron la pre- y posevaluación. Tras el análisis de los datos, no se observaron diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las áreas que evalúa la escala, al comparar el antes y después de la intervención (tabla 1).

Tabla 1 - Comparación pretest y posttest de la escala de estrés cotidiano

Áreas de estrés	No.	Pretest		Posttest		t	p	d de Cohen
		X	DE	X	DE			
Fantasías y miedos	58	10,67	2,84	10,60	3,02	0,16	0,87	0,02

Conflicto con compañeros	58	6,20	2,08	6,41	2,04	-0,60	0,54	-0,10
Conflicto con hermanos	58	5,15	2,29	5,44	2,26	-1,09	0,27	-0,12
Escolar	58	6,51	1,83	6,32	1,64	0,69	0,49	0,10
Relación con padres	58	10,94	2,78	11,13	2,57	-0,50	0,61	-0,07

Leyenda: X: Media, DE: Desviación estándar, t: t de student, p: significancia, No.: número de participantes.

En el afrontamiento participaron 65 preescolares, de los cuales todos completaron la evaluación pre- y posttest. Tras el análisis de los datos, se observaron cambios estadísticamente significativos ($t = -1,957, p < 0,05$) y un tamaño del efecto pequeño ($r = -0,31 > 0,20$) en el tipo de afrontamiento funcional. Con respecto a los tipos de afrontamiento emocional, disfuncional y evitativo no se observaron diferencias estadísticamente significativas entre las mediciones efectuadas antes y después de la intervención (tabla 2).

Tabla 2 - Comparación pretest y posttest de la escala de afrontamiento

Áreas de afrontamiento	No.	Pretest		Posttest		t	p	d de Cohen
		X	DE	X	DE			
Emocional	65	7,20	2,35	7,60	2,35	-1,08	0,28	-0,17
Disfuncional	65	7,76	2,57	7,38	2,52	1,00	0,32	0,15
Evitativo	65	9,27	2,56	9,80	2,48	-1,35	0,18	-0,20
Funcional	65	5,58	1,81	6,15	1,83	-1,95	0,05	-0,31

Leyenda: X: media, DE: desviación estándar, t: t de student, p: significancia, No.: número de participantes.

Para los problemas internalizados y externalizados, de los 65 preescolares que participaron en el taller, solo 34 padres y/o madres completaron la pre- y posevaluación. Tras el análisis de los datos, se observaron cambios estadísticamente significativos ($t = 2,300, p < 0,05$) y un tamaño del efecto pequeño ($r = 0,39$) en ansiedad/depresión entre las mediciones efectuadas antes y después

de la participación de sus hijos/as en la intervención “Afrontando la vida cotidiana” para preescolares. Asimismo, se observó una disminución en todos los problemas internalizados y externalizados después de la intervención, excepto en quejas somáticas (tabla 3).

Tabla 3 - Comparación pretest y postest del cuestionario de problemas internalizados y externalizados

Tipos de problemas internalizados y externalizados	No.	Pretest		Postest		t	p	d de Cohen
		X	DE	X	DE			
Reactividad emocional	34	1,35	1,93	1,20	1,47	0,42	0,67	0,08
Ansiedad y depresión	34	2,94	2,48	2,08	1,74	2,30	0,02	0,39
Quejas somáticas	34	1,58	1,55	1,67	1,60	-0,37	0,71	-0,05
Aislamiento	34	2,35	2,39	2,20	2,21	0,39	0,69	0,06
Problemas de atención	34	2,82	1,73	2,35	1,80	1,75	0,08	0,26
Conductas agresivas	34	7,50	5,36	6,08	5,27	1,37	0,18	0,26
Problemas para dormir	34	2,26	1,87	1,64	1,55	1,75	0,09	0,35
Problemas internalizados	34	8,23	6,92	7,17	5,21	1,20	0,23	0,17
Problemas externalizados	34	10,32	6,50	8,44	6,49	1,61	0,11	0,28
Otros problemas	34	8,82	5,70	7,32	4,35	1,72	0,09	0,29

Legenda: X: media, DE: desviación estándar, t: t de student, p: significancia, No.: número de participantes.

Discusión

Este estudio piloto evaluó el estrés cotidiano, las estrategias de afrontamiento y los problemas internalizados y externalizados al implementar la intervención “Afrontando la vida cotidiana” para preescolares. La investigación utilizó una evaluación de tipo pretest y postest mediante escalas y cuestionarios que permitieron observar los cambios tras la aplicación del taller. A continuación, se

presentan los principales resultados e interpretaciones, así como las recomendaciones futuras para este estudio.

En cuanto a los resultados derivados de la escala de estrés cotidiano en preescolares, no se encontraron cambios estadísticamente significativos en ninguno de los factores que evalúa entre las mediciones efectuadas antes y después de implementar la intervención. Una posible explicación es que existía una emergencia sanitaria a nivel mundial a consecuencia de la pandemia de COVID-19, que ocasiona interrupciones importantes en la vida de los preescolares, lo que pudo llevarlos a incrementar el nivel de estrés.

Esto se relaciona con la investigación de *Monjarás y Romero*,⁽³⁾ quienes consideran que el hecho de que los niños y las niñas tuvieran que enfrentarse al cierre de escuelas, de lugares públicos, a la pérdida del trabajo de sus padres, al riesgo de enfermarse, entre otras circunstancias, contribuye en gran medida al estrés de los preescolares; lo que llega a tener repercusiones importantes en la calidad de sus interacciones y desequilibra el ambiente que se necesita para un desarrollo óptimo.

Otro aspecto a considerar es el hecho de que, después de asistir a un espacio de aprendizaje y reflexión (como lo fue el taller), los preescolares lograron identificar con mayor facilidad aquellos estresores presentes en su día a día, lo que pudo haber influido al momento de responder por segunda ocasión el instrumento.

En cuanto a los resultados derivados de la escala de afrontamiento para preescolares, existió un aumento en las estrategias de afrontamiento funcional, se encontraron diferencias estadísticamente significativas antes y después de la intervención. Estos resultados destacan la importancia de la intervención realizada en una población de niños de cuatro a seis años de edad, sugieren que los primeros años de vida representan una gran oportunidad para una promoción eficaz de la salud mental y una estrategia clave para esto es a través de una promoción adecuada de las estrategias de afrontamiento funcionales.

Es importante destacar que desarrollar la capacidad de los niños/as para tratar y hacer frente a los problemas y situaciones difíciles desde edades tempranas puede situar a los preescolares en trayectorias del desarrollo más o menos adaptativas,

que pueden llegar a ser predecesoras de los patrones de afrontamiento en la edad adulta.^(7,15)

En cuanto a los resultados derivados del cuestionario de problemas internalizados y externalizados para padres, se observó una disminución estadísticamente significativa con relación a la ansiedad/depresión. De igual modo, se observó una disminución en todos los problemas internalizados y externalizados, a excepción de quejas somáticas, aunque no resultaron estadísticamente significativas.

Se considera que estos resultados se deben a que, tras el aumento en el afrontamiento de tipo funcional, se consiguió que los padres observaran y reportaran cambios positivos con relación a las conductas asociadas con problemas internalizados y externalizados. Esto se relaciona con los resultados reportados por *Romero* y otros,⁽⁷⁾ donde se refiere que el afrontamiento funcional medió en las relaciones entre el estrés y los problemas internalizados y externalizados, por lo que a mayor afrontamiento funcional hay menores problemas. Por lo contrario, el afrontamiento disfuncional y centrado en la emoción pueden actuar como factores de riesgo para desarrollar problemas internalizados y externalizados

De esta forma se concluye que fue posible observar algunos cambios favorables tras la intervención, como lo son la promoción del afrontamiento funcional y la disminución de conductas asociadas con problemas internalizados y externalizados. Estos resultados podrían ser de utilidad para incentivar a las futuras investigaciones en seguir realizando intervenciones preventivas en niños de cuatro a seis años de edad en materia de estrés y afrontamiento en México.

Limitaciones y sugerencias

La intervención que conforma este estudio se desarrolló durante una emergencia sanitaria a nivel mundial a consecuencia de la pandemia de COVID-19, por lo que se considera como una limitante debido a que se tuvieron que realizar ciertas

adecuaciones a las actividades y dinámicas planteadas, donde fue necesario continuar con los protocolos de protección sanitaria.

Otra limitante considerada fue la baja participación de los padres y madres de familia con relación a la evaluación pretest y posttest del cuestionario sobre comportamiento de niños(as); la cantidad de cuestionarios respondidos por los padres no fue equiparable a la cantidad de niños y niñas que participaron en el taller, lo que también pudo influir en la significancia de las variables evaluadas.

Para futuras investigaciones, se sugiere agregar al diseño de investigación un grupo control, para poder contrastar los resultados obtenidos con y sin la intervención.

Se recomienda seguir implementando talleres que orienten y provean a los padres, madres y/o cuidadores de preescolares de estrategias de afrontamiento más adaptativas para prevenir o reducir el estrés cotidiano y, con ello, puedan promover estas mismas estrategias en sus hijos o hijas, ya que la familia es el núcleo principal en el que se desarrollan y desenvuelven.

Para concluir, se sugiere seguir trabajando con poblaciones preescolares, debido a que representa una gran oportunidad para la implementación de intervenciones preventivas que promuevan la salud mental en la infancia, y coloquen a los niños y niñas en trayectorias de desarrollo más adaptativas.

Agradecimientos

Al PAPIIT DGAPA TA300323 por el financiamiento realizado a la intervención.

Referencias bibliográficas

1. Lazarus R, Folkman S. Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca; 1986.

2. Crosswell AD, Epel ES, Mendes WB, Prather AA. Improving the language specificity of stress in psychological and population health science. *Psychosomatic medicine*. 2022;84(5): 643-4. DOI: <https://doi.org/10.1097/PSY.0000000000001090>
3. Monjarás MT, Romero E. Emociones, estrés y afrontamiento en niños preescolares frente a COVID-19. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*. 2021;18(40):1-20. DOI: <https://doi.org/10.31206/rmdo362021>
4. Stawski RS, Cichy KE, Witzel DD, Schuyler AC, Nichols MJ. Daily Stress Processes as Potential Intervention Targets to Reduce Gender Differences and Improve Mental Health Outcomes in Mid- and Later Life. *Prevention Science*. 2023;24(5):876-86. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11121-022-01444-7>
5. Lucio E, Monjarás MT. Relación entre los tipos de afrontamiento y el estrés en preescolares. *Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés*. 2020;26(1):20-6. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.12.004>
6. Richaud MC, Iglesias MF. Evaluación del afrontamiento en niños pequeños. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*. 2013 [acceso 09/02/2023];17(1):244-56. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339630261011>
7. Romero E, Monjarás MT, Ginez O, Lucio E. Estrés y tipos de afrontamiento: Implicaciones para comprender los problemas interiorizados y exteriorizados de los niños de edad escolar. *Revista Mexicana de Psicología*. 2022 [acceso 09/02/2023];39(2):92-106. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/2023-31455-003>
8. Raine KE, Zimmer-Gembeck MJ, Skinner EA. The role of coping in processes of resilience: The sample case of academic coping during late childhood and early adolescence. *Development and Psychopathology*. 2023;35:2499-2515. DOI: <https://doi.org/10.1017/S095457942300072X>
9. Akcan G, Öztürk E, Erdoğan B. The investigation of the mediating role of coping strategies on the relationship between childhood traumas, depression and alcohol use disorder in university students. *Journal of Substance Abuse Treatment*. 2021;123:1-8. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2021.108305>

10. Trianes MV. Estrés en la infancia. Madrid: Narcea; 2002.
11. Frydenberg E, Deans J, Liang R. Developing Coping Skills in the Early Years: A Positive Educational Approach. The Palgrave Handbook of Positive Education. Cham: Springer International Publishing; 2021:369-93.
12. Morales F, Trianes MV. Estrategias de afrontamiento e inadaptación en niños y adolescentes. European Journal of Education and Psychology; 2010 [acceso 11/01/2023];3(2):275-86. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/1293/129315468010.pdf>
13. Morales F, Trianes MV. Afrontamiento en la infancia: evaluación y relaciones con ajuste psicológico. Málaga: Aljibe; 2012.
14. Mishara BL, Ystgaard M. Effectiveness of a mental health promotion program to improve coping skills in young children: Zippy's Friends. Early Childhood Research Quarterly. 2006;21(1):110-23. DOI: <https://10.1016/j.ecresq.2006.01.002>
15. Pang D, Frydenberg E, Liang R, Deans J, Su L. Improving Coping Skills and Promoting Social and Emotional Competence in Pre-Schoolers: A Pilot Study on COPE-R Program. Journal of Early Childhood Education Research. 2018 [acceso 03/02/2023];7(2):362-91. Disponible en: <https://journal.fi/jecer/article/view/114099/67298>
16. Wu M, Alexander M, Frydenberg E, Deans J. Early childhood social-emotional learning based on the Cope-Resilience program: Impact of teacher experience. Issues in Educational Research. 2020 [acceso 08/01/2023];30(2). Disponible en <https://www.iier.org.au/iier30/wu.pdf>
17. Gulliford H, Deans J, Frydenberg E, Liang R. Teaching Coping Skills in the Context of Positive Parenting Within a Preschool Setting. Australian Psychological Society. 2015;50:219-31. DOI: <https://doi.org/10.1111/ap.12121>
18. Monjarás MT, Romero E, Salvador O. Preschoolers Daily Stress Scale, Parent's Version. Clínica y Salud. 2024;35(3):127-34. DOI: <https://doi.org/10.5093/clysa2024a18>

19. Monjarás MT, Lucio E. Desarrollo y validación de una escala de estrés cotidiano en preescolares. Revista latinoamericana de Medicina Conductual. 2018 [acceso 20/02/2023];8(2):59-68. Disponible en

<https://revistas.unam.mx/index.php/rlmc/article/view/67381>

20. Achenbach TM, Rescorla LA. Manual for the ASEBA preschool forms & profiles. Burlington, VT: Universidad de Vermont, Research center for children, youth & families. 2000 [acceso 18/02/23]. Disponible en:

https://www.researchgate.net/profile/Michelle_Levy5/publication/262911137_A_Model_for_Creating_a_Supportive_Trauma-Informed_Culture_for_Children_in_Preschool_Settings/links/56321aeb08ae13bc6c373859/A-Model-for-Creating-a-Supportive-Trauma-Informed-Culture-for-Children-in-Preschool-Settings.pdf

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

Contribución de los autores

Conceptualización: María Teresa Monjarás Rodríguez, Leslie Mariana Hernández Galván y Martha Abigail Mata Estrada.

Curación de datos: Leslie Mariana Hernández Galván y Martha Abigail Mata Estrada.

Análisis formal: María Teresa Monjarás Rodríguez.

Investigación: Leslie Mariana Hernández Galván y Martha Abigail Mata Estrada.

Metodología: María Teresa Monjarás Rodríguez.

Supervisión: María Teresa Monjarás Rodríguez.

Visualización: Leslie Mariana Hernández Galván y Martha Abigail Mata Estrada.

Redacción-borrador original: Leslie Mariana Hernández Galván y Martha Abigail Mata Estrada.

Redacción-revisión y edición: María Teresa Monjarás Rodríguez, Leslie Mariana Hernández Galván y Martha Abigail Mata Estrada.

Financiación

Financiamiento de PAPIIT DGAPA TA300323.