

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.450>

## Tolerancia a la frustración y regulación emocional en adolescentes

Frustration tolerance and emotional regulation in adolescents

**Andrea Tobar Viera**

Universidad Técnica de Ambato

as.tobar@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-8263-7440>

Ambato-Ecuador

**Andrea del Rocío Mejía Rubio**

Universidad Técnica de Ambato

adr.mejia@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-9371-9636>

Ambato-Ecuador

Artículo recibido: 9 de febrero de 2023. Aceptado para publicación: 06 de marzo de 2023.

Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

### Resumen


La etapa de la adolescencia implica cambios a nivel físico y psicológico, se atraviesan momentos de estrés y angustia, expresados en una baja tolerancia a la frustración (TF) por la incapacidad que los adolescentes tienen para gestionar sus emociones, dificultando su proceso de regulación emocional (RE), conocido como el proceso extrínseco e intrínseco responsable de controlar, evaluar y modificar reacciones emocionales, hablando de intensidad y temporalidad de acuerdo con las distintas situaciones que se presenten en su vida. Se plantea como objetivo determinar la relación entre las variables de estudio en población adolescente de 13 a 17 años de la ciudad de Ambato. La metodología de estudio es cuantitativa, de tipo no experimental, con alcance correlacional, de corte transversal; para la recopilación de datos se utilizaron dos cuestionarios, el primer instrumento fue la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETF) y el segundo el ERQ-CA para medir regulación emocional. Los hallazgos demostraron una correlación inversa ( $\rho = -0.209^{***}$ ;  $p < .001$ ) entre TF y la dimensión de RE, supresión emocional, es decir, que el mejor manejo del estrés que tienen los adolescentes en los distintos contextos les permite que tengan menor represión de sus emociones. En cuanto a la dimensión de reevaluación cognitiva no se encuentra una relación estadísticamente significativa con la tolerancia a la frustración.

*Palabras clave:* adolescente, frustración, regulación emocional, tolerancia

## Abstract

The adolescent stage involves changes at the physical and psychological level, going through moments of stress and anguish, expressed in a low frustration tolerance (FT) due to the inability of adolescents to manage their emotions, hindering their emotional regulation process (ER), known as the extrinsic and intrinsic process responsible for controlling, evaluating and modifying emotional reactions, referring to intensity and temporality according to the different situations that arise in their lives. The objective is to determine the relationship between the study variables in the adolescent population from 13 to 17 years old in the city of Ambato. The study methodology is quantitative, non-experimental, with correlational scope, cross-sectional; two questionnaires were used for data collection, the first instrument was the Frustration Tolerance Scale (FTS) and the second was the ERQ-CA to measure emotional regulation. The findings showed an inverse correlation ( $\rho = -0.209^{***}$ ;  $p < .001$ ) between FT and the ER dimension emotional suppression, that means, the better stress management that adolescents have in different contexts, allows them to have less repression of their emotions. As for the cognitive reappraisal dimension, no statistically significant relationship was found with frustration tolerance.

*Keywords:* adolescent, frustration, emotional regulation, tolerance

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Tobar Viera, A., & Mejía Rubio, A. del R. (2023). Tolerancia a la frustración y regulación emocional en adolescentes. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(1), 2734–2743. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.450>

## **INTRODUCCIÓN**

La adolescencia es una etapa caracterizada por cambios físicos y psicológicos, que implican un ajuste cognitivo y emocional frente a las dificultades propias de esta, caracterizado por un período intenso con numerosos retos para el desarrollo social, exigencias académicas y ajuste familiar, entre otros aspectos psicológicos que demandan del adolescente importantes recursos y habilidades para su afrontamiento (Mustaca, 2018).

Durante esta etapa se le concede gran importancia al desarrollo emocional, evidenciando su papel como fuente de expresión personal y social, constituyendo un recurso propio de cada individuo para enfrentar distintas situaciones, ya sean satisfactorias o problemáticas. En esta reestructuración interna que vive el adolescente, va construyendo su propia identidad y por ende conociendo su capacidad para autorregularse (Bolgeri, Rojas, Pastén, Vega, & San Martín, 2020) adoptando roles y actitudes que le permiten crecer, aprender, adaptarse y socializar con sus pares de forma efectiva.

Todos estos cambios requieren de una gran capacidad de autorregulación emocional, y aunque tienen un conocimiento leve sobre las estrategias que les permitan afrontar situaciones estresantes, no saben cómo utilizarlas y gestionarlas, lo que trae consigo las dificultades en la regulación emocional (Rodríguez & Zapata, 2019). La presencia simultánea de emociones placenteras y displacenteras en este grupo etario trae consigo conflictos debido a que son volubles emocionalmente y esto apunta a que la regulación emocional se puede convertir en un componente clave durante la adolescencia.

La literatura explica la importancia del funcionamiento familiar en la expresión de emociones (Li, Bai, Zhang, & Chen, 2018), demostrando que los padres que tienen una mejor regulación emocional, sus hijos adolescentes experimentan emociones placenteras. Al contrario, los padres que ejercen maltrato en los menores generan un factor de riesgo en los mismos, debido a su desregulación emocional hay mayor rigidez en su expresión afectiva y se asocia con la frustración, estados depresivos prolongados, ansiedad crónica, y conductas arriesgadas (Enriquez Ludeña, Pérez Cabrejos, Ortiz Gonzales, Cornejo Jurado, & Chumpitaz Caycho, 2021; Rodríguez, Baker, Pu, & Tucker, 2017).

Adicionalmente, si las estrategias de la regulación emocional RE no son adecuadas, se puede generar altos niveles de agresividad, tristeza y ansiedad, es por esto que Caqueo-Urizar et al. (2020), en su investigación detallan el desarrollo de técnicas de regulación emocional que permiten enfrentar y resolver dificultades, de esta manera disminuye la sintomatología ansiosa, depresiva y el comportamiento disruptivo, con el objetivo de prevenir el origen de futuras patologías mentales, además de mejorar el autoestima, la adaptación al cambio y el comportamiento impulsivo.

Esta interrelación con los cambios que está viviendo el adolescente y su baja capacidad de adaptación, la falta de control de impulsos y la escasa RE frente a las dificultades sociales, familiares y académicas pueden derivar en altos niveles de frustración (Valiente-Barroso, Marcos- Sánchez, Arguedas-Morales, & Martínez-Vicente, 2021). Es así como la RE en la adolescencia es aún más difícil de lo que puede ser en otros momentos del desarrollo, debido a todos los desafíos que enfrentan y por la misma razón es muy necesario para alcanzar un desarrollo social óptimo para el adolescente (Gullone & Taffe, 2012).

La integración adaptativa de las experiencias emocionales con los procesos de autorregulación en gran medida estará determinada por la capacidad de tolerar la frustración, la cual se define como la habilidad para enfrentar y resistir de manera eficaz eventos difíciles y estresantes, que

se presentan comúnmente en la vida de los adolescentes, esta forma de enfrentar las adversidades no se presenta de la misma en todas las personas ya que cada una tiene una manera distinta de gestionar su respuesta frente al estrés (Ventura-León, Caycho-Rodríguez, Vargas-Tenazoa, & Flores-Pino, 2018).

Este sentimiento de frustración genera expresión de emociones negativas en intensidad y magnitud que podría guardar relación con los procesos de regulación emocional (RE). Estos procesos de RE se definen por la capacidad que tiene el individuo para gestionar las emociones, incluye aquellas estrategias que se presentan de forma automática o consciente para la expresión de la emoción que se experimentan ya sean agradables o desagradables (Gross & Feldman-Barrett, 2011).

Cuando la frustración no se canaliza de manera eficaz afecta el desarrollo social como lo demuestra el estudio de Varela & Mustaca (2021), los adultos que tienen menos intolerancia a la frustración tienen mejores habilidades sociales, lo mismo sucede con los adolescentes como lo señalan Toala & Rodríguez (2022), la adolescencia es una etapa de transición, en donde, la persona vivencia distintas situaciones estresantes, que pueden repercutir en la utilización de las estrategias de afrontamiento y su capacidad de tolerancia.

Desde la perspectiva teórica presentada se puede predecir una relación entre las variables ya que un nivel elevado de RE puede generar en el adolescente una correcta tolerancia a la frustración, esta hipótesis se sustenta en la investigación realizada por Begoña Ibañez et al. (2018), en la cual se expone una correlación positiva entre varios aspectos que componen la regulación emocional con el nivel de tolerancia a la frustración, esto genera un mayor éxito principalmente en el ámbito académico, además exponen diferencias en cuanto al sexo, determinando niveles más elevados de regulación emocional en las mujeres por lo cual es un objetivo que se va a estudiar en la investigación.

## **METODOLOGÍA**

### **Método**

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, con un diseño descriptivo de nivel correlacional, y de corte transversal de esta forma se buscó determinar el grado de relación existente entre tolerancia a la frustración y regulación emocional.

### **Muestra**

Se aplicó la fórmula del muestreo con un 95% de confianza y un error del 5%, obteniendo una muestra integrada por 460 estudiantes de secundaria de dos instituciones educativas de la provincia de Tungurahua. El promedio de edad es de 14,45 años con una DS= 1,45, con un min de 12 y máx de 17 años. El 38,5% de los participantes estuvo conformada por mujeres y el 61,5 %, de hombres. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, que permitió acceder a la muestra utilizando criterios de selección, la edad de los estudiantes fue a partir de los 12 años, obtener el consentimiento informado firmado por sus representantes legales y que los adolescentes den su consentimiento de participar en el estudio.

### **Instrumentos**

Se utilizaron dos instrumentos de evaluación psicológica, la primera es la Escala de Tolerancia a la Frustración, versión española de Oliva et al. (2011), adaptada y validada en población infantil peruana (Ventura-León et al., 2018) que es derivada de la subescala del inventario de Coeficiente

Emocional de BarOn (Bar-On y Parker, 2000). Consta de 8 ítems y su aplicación es de forma individual o colectiva a niños/as y adolescentes de entre 12 y 17 años, tiene una duración de 5 a 10 minutos. La finalidad de la escala es evaluar la percepción que tienen los menores sobre su propia capacidad para el manejo del estrés, tolerancia al estrés y control impulsivo frente a eventos adversos. Se realizó un análisis de consistencia interna y tiene una alfa de Cronbach de 0.864 lo que indica que el instrumento es confiable.

El otro instrumento para medir Regulación Emocional (ERQ-CA): para niños y adolescentes (ERQ-CA) (Gullone y Taffe, 2012) adaptado en población ecuatoriana por (Moreta-Herrera, Durán-Rodríguez, & Gaibor-Gonzales, 2018). El cuestionario consta de 10 ítems divididos en dos dimensiones de RE: Reevaluación cognitiva (6 ítems) y Supresión emocional (4 ítems). Las respuestas se dan en escala tipo Likert de 5 puntos, (1= completamente desacuerdo – 5 = completamente de acuerdo). De esta forma se tienen dos puntuaciones por cada dimensión evidenciado la capacidad que tiene el adolescente para gestionar sus emociones. Se realizó un análisis de fiabilidad y los resultados evidencian alta confiabilidad con un alfa de Cronbach de 0.818 para la escala total.

## RESULTADOS

En este apartado se presenta los principales resultados con base al estudio realizado. A continuación, en la tabla 1 se presentan las medias de puntuación, desviación estándar, mínimo, máximo y Shapiro Wilk de las variables de estudio.

**Tabla 1**

*Estadística Descriptiva de las variables de estudio*

	MEDIA	DE	MÍNIMO	MÁXIMO	SHAPIRO-WILK	
					W	P
Reevaluación cognitiva	19.4	5.09	6.00	30.0	0.988	< .001
Supresión emocional	11.2	3.40	4	20	0.984	< .001
Tolerancia a la frustración	30.2	6.58	9.00	40.0	0.960	< .001

Se observa la media de puntuación en las dimensiones de regulación emocional, para reevaluación cognitiva (M=19.4) para supresión emocional (M=11.2) indicando puntuaciones altas en las dos dimensiones; en cuanto a tolerancia a la frustración hay una media de 30.2 de igual forma evidenciando puntuaciones altas en esta variable de estudio. Después de aplicar la prueba de Shapiro Wilk se determina que ninguna de las variables de estudio cumple con los supuestos de normalidad por lo tanto se utilizan pruebas no paramétricas para el análisis de datos.

**Tabla 2**

*Correlación no paramétrica*

		SUPRESIÓN EMOCIONAL		REEVALUACIÓN COGNITIVA	
Tolerancia a la frustración	Rho de Spearman	-0.209	***	0.038	
	valor p	< .001		0.420	
Supresión emocional	Rho de Spearman	–		0.384	***
	valor p	–		< .001	
Reevaluación cognitiva	Rho de Spearman			–	
	valor p			–	

Se aplica prueba no paramétrica rho de Spearman, se evidencia una correlación negativa entre supresión emocional y tolerancia a la frustración ( $p < .001$ ;  $\rho = -0.209^{***}$ ), en cuanto a la dimensión reevaluación cognitiva no se encuentra una relación estadísticamente significativa con un valor  $p = 0.420$ .

**Tabla 3**

*Prueba T para Muestras Independientes*

		ESTADÍSTICO	GL	P	DIFERENCIA DE MEDIAS	EE DE LA DIFERENCIA		TAMAÑO DEL EFECTO
Tolerancia a la frustración	T de Welch	3.28	341	< .001	2.10	0.641	d de Cohen	0.318

**Nota:**  $H_a \mu$  Masculino >  $\mu$  Femenino.

En la tabla 3, se aplica la prueba t de Welch donde se puede observar la diferencia de medias de Tolerancia a la frustración entre Hombres y mujeres con una diferencia significativa  $p < .001^{**}$ ;  $t(341) = -2.10$ ). El tamaño del efecto es bajo (d de Cohen=0.318). Esto indica que los hombres tienen puntuaciones elevadas en tolerancia a la frustración ( $M = 31.0$ ) en comparación a las mujeres ( $M = 28.9$ ).

### **DISCUSIÓN**

Se ha tomado como punto de partida el análisis de las dimensiones de regulación emocional y tolerancia a la frustración en población adolescente, obteniendo medias de puntuación altas, esto indica el manejo adecuado de emociones en los adolescentes frente a los problemas que podían generar estrés. Estos datos coinciden con los expuestos por Valiente-Barroso, Marcos-Sánchez, Arguedas-Morales, y Martínez-Vicente (2021), sus resultados mostraron una alta tolerancia a la frustración, alta autoestima y menores niveles de estrés percibido entre los adolescentes con mayores puntuaciones en planificación y toma de decisiones. Así también los resultados de otra investigación demuestran que solo un 25% de los participantes se encontraban capacitados para afrontar cualquier situación que le genere frustración, estrés, y solo un 33% de la muestra se quedó en un nivel bajo de tolerancia a la frustración (Almeida y Bieberach, 2020).



En cuanto a la capacidad de regulación emocional los adolescentes demuestran medias de puntuación elevadas lo que indica que son capaces de manejar eficazmente sus emociones, y moderar sus respuestas afectivas de acuerdo con la situación. Hay estudios que apoyan este resultado Caqueo-Urizar, Narea, Mena-Chamorro, Flores, y Irrazabal (2020), los adolescentes que manifiestan problemas para regular sus emociones son más vulnerables a experimentar estados de ánimos disfóricos, preocupaciones recurrentes o comportamientos disruptivos. También Khalil, Verónica, Vanesa, y Urquijo (2020), mostraron que mientras menos dificultades de regulación emocional reportan los estudiantes, mayores son sus niveles de bienestar. De esta manera se explica que los adolescentes que tienen mejores capacidades a nivel emocional van a presentar menos dificultades en los distintos ámbitos social y familiar como lo demuestra Zumba-Tello y Moreta-Herrera (2022), donde se confirma la relación de los afectos negativos, las dificultades de regulación emocional y el estrés con los problemas en salud mental.

Los hallazgos del estudio demuestran que hay una relación negativa de tolerancia a la frustración con supresión emocional ( $p < .001$ ), esto indica que el buen manejo del estrés y la capacidad para controlar los impulsos como indicadores de tolerancia a la frustración, esto favorece la resolución de conflictos de forma adecuada y con un buen manejo de las emociones. No obstante, hay que considerar que conforme se va desarrollando la persona en este caso el adolescente tiene la posibilidad de ser más hábiles en este constructo, en medida que crecen adquieren mayor madurez emocional como lo expresan Toala y Rodríguez, (2022), la adolescencia es una etapa de transición, en donde, la persona vivencia distintas situaciones estresantes, que pueden repercutir en la utilización de las estrategias de afrontamiento y su capacidad de tolerancia.

También es importante tener en cuenta en la interpretación de los resultados que las puntuaciones reflejan la percepción que tiene el propio sujeto evaluado de su propia capacidad para manejar el estrés. Es posible que algunos sujetos sobreestimen sus capacidades y que otros las infravaloren ya que la adolescencia es una época de cambios físicos y emocionales. El estudio de (Begoña, Franco, y Mustaca, 2020), hallaron relaciones directas significativas entre Intolerancia Emocional con Rumiación, Autoculparse y Catastrofismo; Intolerancia por alcanzar Logros con Autoculparse; Intolerancia a la Incomodidad con Catastrofismo; Derechos con Culpar a Otros y Rumiación. Esto demuestra que, la intolerancia a la frustración guarda estrecha relación con la capacidad de regular las emociones.

En la misma línea, los resultados de otras investigaciones indican a la desregulación emocional e intolerancia a la frustración como factores de riesgo para producir estrés en los adolescentes (Rodríguez et al., 2017). Así también, el uso de estrategias adaptativas, como volver a centrarse en la planificación y la reevaluación positiva, estaba relacionado con un menor agotamiento emocional y una mayor realización personal. Las creencias de intolerancia a la frustración parecen estar estrechamente asociadas con las dimensiones de agotamiento emocional e indican un alto riesgo de despersonalización (Potard y Landais, 2021).

En cuanto a la comparación de tolerancia a la frustración con género, se hallaron diferencias estadísticamente significativas evidenciando que los hombres manejan mejor las situaciones de estrés en símil de las mujeres que tienen medias de puntuación más bajas porque se podría pensar que se frustran si algo no sale de acuerdo con los estándares establecidos para ellas. Estos resultados concuerdan con los de Begoña, Franco, & Mustaca, (2018), que las mujeres exhibieron un mayor puntaje en Intolerancia Emocional, Derechos, Rumiación y Poner en Perspectiva en la escala de regulación emocional respecto de los varones, este último resultado no concuerda con el de la investigación ya que no se observaron diferencias significativas de regulación emocional en cuanto al género.

Caqueo-Urizar et al. (2020), observaron que las mujeres presentan mayor sintomatología depresiva, ansiosa, de ansiedad social y problemas de regulación emocional que los hombres. Esto indica que ser hombre o mujer no determina que se tenga mejor o peor capacidad de regular las emociones, se debería tomar en cuenta otras variables psicológicas y sociodemográficas para incluir en el análisis estadístico.

El estudio reviste interés en términos de afectividad y emociones en adolescentes, el manejo de estrés también puede relacionarse con factores protectores como la familia y las habilidades sociales que cada adolescente presenta, de esta forma el estudio contribuye al desarrollo de investigaciones en población infanto-juvenil, así como el entrenamiento de habilidades de regulación emocional y la mejora de la tolerancia a la frustración en los adolescentes pueden prevenir la agresión entre pares y reducir el índice de suicidio como problemas de salud mental que afectan a la población.

### **CONCLUSIONES**

En la investigación se ha descrito, primeramente, las medias de puntuación de las variables de estudio indicando altas puntuaciones en tolerancia a la frustración. Los adolescentes que presentaron un buen manejo en la escala se asocian con la capacidad para controlar sus impulsos agresivos y apenas muestran conductas irresponsables. Al contrario, los participantes que puntúan bajo en la escala suelen ser impulsivos, con poca capacidad para afrontar las frustraciones, con problemas para controlar la ira, pérdida de control y conductas explosivas e impredecibles. Las medias de puntuación también son altas para las dos dimensiones de regulación emocional y de esta forma se puede concluir que los adolescentes no presentan problemas en sus relaciones con los demás en el contexto escolar y social, porque son capaces de manejar el estrés y controlar los impulsos mediante una expresión adecuada de sus emociones.

Además, se aplica una comparación de medias para evaluar la tolerancia a la frustración de acuerdo con el género y determinar si son los hombres o las mujeres los que presentan mayor tolerancia y el análisis demuestra que si hay diferencias estadísticamente significativas del género, evidenciando que son los hombres quienes presentan puntuaciones más elevadas en comparación a las mujeres es decir ellos manejan mejor el estrés y esto les genera una mejor percepción de bienestar psicológico, emocionalmente más inteligentes, con un sentimiento de satisfacción con la salud física y mental permitiendo formar adecuadas relaciones interpersonales.

Finalmente, se analiza la relación entre las variables de estudio indicando una correlación negativa entre supresión emocional y tolerancia a la frustración, es decir que mientras mejor manejan el estrés en los distintos contextos menos reprimen sus emociones, utilizando la regulación emocional como una forma de expresión que les permite enfrentar los problemas de la vida diaria. En cuanto a la dimensión de reevaluación cognitiva no se encuentra una relación estadísticamente significativa con la tolerancia a la frustración, es decir no dan paso al pensamiento para la resolución de conflictos, presentando una expresión de afecto positiva que les permite adaptarse mejor a su entorno y entablar relaciones sociales más saludables y enriquecedoras.



## REFERENCIAS

- Almeida, L., & Bieberach, A. M. (2020). Nivel de tolerancia a la frustración en estudiantes que cursan la asignatura proyecto de graduación de la Licenciatura de Psicología en la ULAT. *Conducta Científica*, 3(2), 40–57.
- Bar-On, R., & Parker, J. D. A. (2000). *The BarOn Emotional Quotient Inventory: Youth Version (EQ-i:YV): Technical manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Begoña, M., Franco, P., & Mustaca, A. (2018). Intolerancia a la Frustración y Regulación Emocional en adolescentes. *ConCiencia*, 12–33. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.3-2.2>
- Begoña, M., Franco, P., & Mustaca, A. (2020). Intolerancia a la Frustración y Regulación Emocional en adolescentes. *Revista Conciencia Epg*, 3(2), 12–33. <https://doi.org/10.32654/concienciaepg.3-2.2>
- Bolgeri, P., Rojas, F., Pastén, M. J., Vega, K., & San Martín, M. (2020). Regulación Emocional , Atención Plena y Bienestar Psicológico en Estudiantes Universitarios de Primer Año. *Revista Científica Eureka*, 17(1), 22–37.
- Caqueo-Urizar, A., Narea, M., Mena-Chamorro, P., Flores, J., & Irarrazabal, M. (2020). Emotional regulation problems and mental health in adolescents in northern Chile. *Terapia Psicológica*, 38(2), 203–222. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082020000200203>
- Enriquez Ludeña, R., Pérez Cabrejos, R., Ortiz Gonzales, R., Cornejo Jurado, Y., & Chumpitaz Caycho, H. (2021). Disfuncionalidad familiar y depresión del adolescente: una revisión sistemática entre los años 2016-2020. 6.
- Gross, J. J., & Feldman- Barrett, L. (2011). Emotion generation and emotion regulation: One or two depends on your point of view. *Emotion Review*, 3(1), 8–16. <https://doi.org/10.1177/1754073910380974>
- Gullone, E., & Taffe, J. (2012). The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents ( ERQ – CA ): A Psychometric Evaluation. 24(2), 409–417. <https://doi.org/10.1037/a0025777>
- Khalil, Y., Verónica, M., Vanesa, E., & Urquijo, S. (2020). Dificultades de regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios . Difficulties of emotional regulation and psychological well-being in university students . Resumen El bienestar psicológico de la población universitaria supone u. 24, 69–83.
- Li, L., Bai, L., Zhang, X., & Chen, Y. (2018). Family Functioning during Adolescence : The Roles of Paternal and Maternal Emotion Dysregulation and Parent – Adolescent Relationships. 1311–1323. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0968-1>
- Moreta-Herrera, R., Durán-Rodríguez, T., & Gaibor-Gonzales, I. (2018). Estructura factorial y fiabilidad del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en una muestra de estudiantes del Ecuador. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 10(2), 1–15. <https://doi.org/10.5872/psiencia/10.2.24>
- Mustaca, A. (2018). Frustración y conductas sociales. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 36, 65–81.
- Oliva, A., Antolin, L., Pertegal, M., Rios, M., Parra, A., Hernando, A., & Reina, M. (2011). Instrumentos para la evaluación de la salud mental y el desarrollo positivo adolescente y los

activos que lo promueven. Sevilla: Consejería de Salud. Recuperado de [http://personal.us.es/oliva/DESARROLLO%20POSITIVO\\_2010\\_v6.pdf](http://personal.us.es/oliva/DESARROLLO%20POSITIVO_2010_v6.pdf)

Potard, C., & Landais, C. (2021). Relationships between frustration intolerance beliefs , cognitive emotion regulation strategies and burnout among geriatric nurses and care assistants. *Geriatric Nursing*, 42, 700–707. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2021.02.018>

Rodríguez, A., & Zapata, E. (2019). Formación para la tolerancia. Autorregulación de las emociones. *Revista Educación*, 43(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.15517/revedu.v43i2.30068>

Rodriguez, C. M., Baker, L. R., Pu, D. F., & Tucker, M. C. (2017). Predicting Parent-Child Aggression Risk in Mothers and Fathers : Role of Emotion Regulation and Frustration Tolerance. 2529–2538. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0764-y>

Toala, K., & Rodríguez, M. (2022). Estrategias de afrontamiento y tolerancia a la frustración en adolescentes.pdf. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 5(12), 72–80.

Valiente-Barroso, C., Marcos- Sánchez, R., Arguedas-Morales, M., & Martínez-Vicente, M. (2021). Tolerancia a la frustración , estrés y autoestima como predictores de la planificación y toma de decisiones en adolescentes. 8(1), 1–19. <https://doi.org/https://doi.org/10.17979/reipe.2021.8.1.7077>

Varela, A. S., & Mustaca, A. E. (2021). Habilidades Sociales e Intolerancia a la Frustración en adultos argentinos. *Revista ConCiencia EPG*, 6(2), 99–116. <https://doi.org/10.32654/concienciaepg.6-2.7>

Ventura-León, J., Caycho-Rodríguez, T., Vargas-Tenazoa, D., & Flores-Pino, G. (2018). Adaptación y validación de la Escala de Tolerancia a la Frustración ( ETF ) en niños peruanos. *Revista de Psicología Clínica Con Niños y Adolescentes*, 5, 23–29. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.2.3>

Zumba-Tello, D., & Moreta-Herrera, R. (2022). Afectividad, dificultades en la regulación emocional, estrés y salud mental en adolescentes del ecuador en tiempos de pandemia del Covid-19. *Revista de Psicología de La Salud*, 10(1), 116–129. <https://doi.org/10.21134/pssa.v10i1.801>