

**Parent Buffering Questionnaire–PBQ**  
**(Creado para el estudio “Parenting Under Pressure”)**

Sección 1: ¿Saben los padres que pueden ser un amortiguador para su hijo?

Las instrucciones: Por favor lee cada artículo y responde la siguiente pregunta al respecto.

- (1) No estar para nada de acuerdo
- (2) No estar de acuerdo
- (3) No estar ligeramente de acuerdo
- (4) Ninguno
- (5) Estar ligeramente de acuerdo
- (6) Estar de acuerdo
- (7) Estar totalmente de acuerdo

Yo creo que...

- 1. Puedo regular el estrés de mi hijo
- 2. Puedo pensar en maneras para ayudarle a mi hijo cuando está teniendo problemas
- 3. Por favor selecciona la opción dos (no estar de acuerdo) para este artículo
- 4. Puedo ayudarle a mi hijo para entender sus emociones cuando está afligido
- 5. Puedo manejar muchos altibajos de ser un pariente muchos días
- 6. [Si] trato preguntarle a mi hijo preguntas cuando le veo en la angustia, mi hijo puede entender mejor qué está emocionando.

Sección 2: ¿Qué medidas está tomando para ser un amortiguador?

Las instrucciones: Por favor lee cada artículo y responder a ambas preguntas al respecto.

*En las PASADAS DOS SEMANAS, ¿con qué frecuencia trató lo hacer?*

- Nunca
- Una vez
- Dos veces (aproximadamente una vez a la semana)
- Muchas veces a la semana
- Aproximadamente una vez al día
- Muchas veces al día
- Casi constantemente

Cómo servicial lo fue?

- Para nada
- Muy ligeramente
- Ligeramente
- Moderadamente
- Bastante
- Sumamente

**Parent Buffering Questionnaire–PBQ**  
**(Creado para el estudio “Parenting Under Pressure”)**

En las pasadas dos semanas, ¿cuánto has...?

1. Usó tacto físico para regular el estrés de su hijo
2. Limitó uso de los medios de su hijo
3. Tuvo conversaciones sobre COVID-19 en casa
4. Trató explicar COVID-19 en una manera que su hijo puede entender
5. Estableció rutinas diarias para su hijo
6. Reservó tiempo para escuchar a los preocupaciones de su hijo
7. Trató ayudarle a su hijo enfocar a cosas positivas en vida
8. Sugirió actividades que su hijo disfruta hacer en casa
9. Sugirió hacer algún ejercicio
10. Trató ayudarle a su hijo dormir más
11. Organizó un actividad divertido con miembros de la familia
12. Trató de ayudar a pensar en el problema de una manera diferente para que no pareciera tan malo
13. Le animó a hablar sobre su emociones con otros como familia, amigos, o otros personas que encomienda
14. Sugirió recurrir a creencias religiosas o espirituales o a meditar
15. Programó una cita con un psicólogo, terapeuta u otro servicio de apoyo de salud mental

Sección 3: RESPUESTA CUALITATIVA

¿Cómo ayudarle su hijo aguantar o tratar con el estrés o ansiedad relacionado con el brote de COVID-19?

---

Sección 1:

De EIPSES - escala de autoeficacia parental (2, 5)

De PERS - escala de regulación de la emoción parental

Sección 2:

Adaptado medida de “KIDCOPE” para para capturar los mecanismos positivos de afrontamiento de niños (elementos 13-15)

Adaptado de “CASPE\_Parent” (elementos 6-12)

Sección 3:

Adaptado de ‘CASPE-Parent’