Universidad Católica Redemptoris Mater

Facultad de Humanidades

Tesis monográfica para optar al título de Licenciatura en Psicología

Psicología Social y Comunitaria

Estilos de crianza en la autorregulación emocional

AUTORES

Miranda-Pérez, Giovanni de Jesús

Sarra-Habed, Marco

Solís-Fernández, Silvia Daniela

Managua, Nicaragua

14 de diciembre de 2024

Universidad Católica Redemptoris Mater

Facultad de Humanidades

Tesis monográfica para optar al título de
Licenciatura en Psicología

Influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA durante el segundo semestre del 2024

AUTORES

Miranda-Pérez, Giovanni de Jesús
ORCID: 0009-0005-0923-9805
Sarra-Habed, Marco
ORCID: 0009-0007-8967-7534
Solís-Fernández, Silvia Daniela
ORCID: 0009-0007-0059-1364

TUTOR CIENTÍFICO Y METODOLÓGICO

MSc. Navarrete-López, Eduardo Francisco
Profesor investigador
ORCID: 0009-0008-8658-4460

Managua, Nicaragua

14 de diciembre de 2024

UNICA

FACULTAD DE HUMANIDADES
Carrera de Psicología

APROBACIÓN DE TEMA Y TUTOR PARA PRESENTACION DE TRABAJO MONOGRÁFICO

Br. Giovanni de Jesús Miranda Pérez
Br. Marco Sarra Habed
Br. Silvia Daniela Solís Fernández

Estimados bachilleres:

Por la presente se le comunica, que, con base en el Reglamento Académico de la Universidad, la Facultad de Humanidades le autoriza para la realización de su monografía el tema:

Influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA durante el segundo semestre del año 2024.

y se le asigna como tutor al profesor: **MSc. Eduardo Francisco Navarrete López.**

Se establece además lo siguiente:

Queda entendido que tanto usted como el tutor adquieren el compromiso de cumplir con el cronograma que se establezca para la realización del trabajo monográfico.

El tutor tiene la potestad para determinar los criterios a seguir y alcances del trabajo monográfico, que deberán ser cumplidos.

En general, el tutor y el estudiante, deberán cumplir todo lo establecido en el título II del Reglamento de Culminación de Estudios.

Dado en la ciudad de Managua, a los 26 días del mes de julio de 2024.

(MSc. Meyling Edelmy Palma)
Coordinadora de Carrera
(Lic. Psicología)

(Lic. Dora Guadalupe Pérez)
Secretaria Académica
Facultad de Humanidades

(MSc. Evelyn del Carmen Torres)
Decana
Facultad de Humanidades

cc. Archivo.

CARTA AVAL TUTOR CIENTÍFICO Y METODOLÓGICO

Por medio de la presente, y en mi calidad de Tutor científico y metodológico, certifico que el trabajo de investigación realizado por Giovanni de Jesús Miranda Pérez, Marco Sarra Habed y Silvia Daniela Solís Fernández, cumple con las disposiciones institucionales, metodológicas y técnicas, que regulan esta actividad académica, por lo que autorizo a las y los egresados, reproducir el documento definitivo para su entrega oficial a la facultad correspondiente.

Atentamente,

MSc. Eduardo Francisco Navarrete López
Profesor investigador
enavarrete2@unica.edu.ni

Dedicatoria

A mi familia, quienes han sido mi mayor ejemplo de fortaleza y dedicación, mi madre, quien me ha brindado su apoyo y amor incondicional, no hay mala situación que este por encima de uno de sus abrazos. A mi hermano, su llegada me hizo amar de una manera que no sabía que existía.

A mi novia, por su paciencia, comprensión, compañerismo y amor, este triunfo es tuyo mi vida. A mis increíbles amigos y compañeros de grupo, Marco y Silvia, el recorrido fue hermoso porque ustedes estaban ahí.

Y, con especial amor, a mi padre, quien partió demasiado pronto pero cuya presencia siento en cada paso que doy.

Giovanni de Jesús Miranda Pérez

Quiero dedicar este trabajo a mi esposa Hannia y a mis dos hijos, Diego y Gabriel. Ustedes son mi mayor fortaleza y la razón por la que cada día busco ser mejor.

A mis padres, quienes con su amor, sacrificio y dedicación forjaron el camino que hoy sigo. Ahora comprendo el impacto de su crianza y llevaré siempre ese aprendizaje en mi corazón.

A mis compañeros de grupo, Giovanni y Silvia, quienes compartieron conmigo este proceso lleno de desafíos y aprendizajes durante estos 5 años.

A todos ustedes, mi inspiración constante.

Marco Sarra Habed

A Dios, por ser mi guía y mi seguridad.

A mi equipo perfecto, Amanda Lucía y Luis, por ser mi motor en cada momento. Gracias por su amor incondicional y por ser mi fuente de inspiración diaria. Sin ustedes, nada de esto sería posible.

A mis padres, por su apoyo incondicional, su sabiduría y por haber creído en mí cuando más lo necesitaba. Su amor constante ha sido mi fortaleza y mi guía en cada etapa de este viaje.

A Gio y Marco, por ser mis amigos y compañeros desde el primer día. Hemos compartido tantas experiencias juntos que nos han permitido crecer, aprender y avanzar como equipo.

Con todo mi amor y gratitud, esta tesis es también suya.

Silvia Daniela Solís Fernández

Agradecimiento

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a nuestras familias, por su amor incondicional, su apoyo constante y su confianza en nosotros. Ustedes han sido nuestra fortaleza en los momentos difíciles y nuestra mayor inspiración para alcanzar nuestras metas. Este logro también es suyo.

A nuestros maestros, gracias por su dedicación, paciencia y sabiduría al guiarnos en cada paso de nuestro aprendizaje. En especial, queremos reconocer al MSc. Eduardo Navarrete, nuestro tutor, guía y mentor, quien desde el inicio nos inspiró a ser agentes de cambio, personas críticas y justas, capaces de mirar más allá de nuestro conocimiento situado. Su enseñanza de vida y su compromiso con nuestra formación han sido fundamentales para este logro.

Agradecemos a los directivos de la Facultad de Humanidades por brindarnos el respaldo y los recursos necesarios para desarrollar esta investigación.

También extendemos nuestro agradecimiento a los estudiantes que participaron en el grupo focal y a sus padres, quienes confiaron en nosotros y facilitaron su consentimiento, así como a los profesores y directivos de la Preparatoria UNICA, por su disponibilidad, el préstamo de las instalaciones y su colaboración durante este proceso.

A todos ustedes, gracias por su apoyo, su confianza y su contribución en este camino lleno de aprendizajes y logros compartidos.

Este logro es también suyo. ¡Gracias por estar siempre a nuestro lado!

Giovanni de Jesús Miranda Pérez

Marco Sarra Habed

Silvia Daniela Solís Fernández

Resumen

La presente investigación analizó la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA durante el segundo semestre del año 2024. El estudio partió de la premisa de que los estilos de crianza impactan de manera significativa en la capacidad de los adolescentes para gestionar sus emociones. Para ello, se distribuyó el consentimiento informado a 45 estudiantes, aunque solo 12 participaron activamente, debido a que solo sus padres otorgaron la autorización correspondiente. Mediante un enfoque cualitativo, se utilizaron instrumentos de escala y grupos focales para explorar las percepciones de los estudiantes sobre sus experiencias familiares y emocionales. Los resultados indicaron que los estilos de crianza democrático se asocian con una mayor autorregulación emocional, mientras que los estilos permisivos y negligentes mostraron dificultades en este aspecto. Asimismo, se observó una considerable prevalencia de supresión emocional y baja autonomía psicológica, reflejo de posibles prácticas parentales restrictivas o permisivas sin estructura adecuada. Entre las limitaciones del estudio destacan factores relacionados con el consentimiento informado y la sensibilidad del tema, los cuales pudieron haber influido tanto en el número de participantes como en las respuestas obtenidas. Finalmente, se propuso una intervención metodológica para apoyar a los padres en la promoción de una crianza respetuosa que favorezca el desarrollo emocional de sus hijos.

Actualmente, esta investigación representa un aporte valioso al campo educativo y familiar, con implicaciones prácticas para mejorar el bienestar emocional de los adolescentes y su entorno.

Palabras Claves

Estilos de crianza, autorregulación emocional, adolescencia, familia, crianza respetuosa, desarrollo emocional.

Abstract

This research analyzed the influence of parenting styles on emotional self-regulation among seventh and eighth-grade students at PREPA-UNICA during the second semester of 2024. The study was based on the premise that parenting styles significantly affect adolescents' ability to manage their emotions. Consent forms were distributed to 45 students, although only 12 actively participated due to parental authorization. Using a qualitative approach, scale instruments and focus groups were employed to explore students' perceptions of their family and emotional experiences. The results indicated that democratic parenting styles were associated with better emotional self-regulation, while permissive and negligent styles showed difficulties in this regard. Likewise, a considerable prevalence of emotional suppression and low psychological autonomy was observed, reflecting possible restrictive or permissive parenting practices without adequate structure. Among the limitations of the study were factors related to informed consent and the sensitivity of the subject, which could have influenced both the number of participants and the responses obtained. Finally, a methodological intervention was proposed to support parents in promoting respectful parenting that favors the emotional development of their children.

Currently, this research represents a valuable contribution to the educational and family field, with practical implications to improve the emotional well-being of adolescents and their environment.

Keywords

Parenting styles, emotional self-regulation, adolescence, family, respectful parenting, emotional development.

Índice de Contenido

I. Introducción 12

1.1. Antecedentes y Contexto del Problema 14

1.2. Objetivos 17

1.2.1. Objetivo General 17

1.2.2. Objetivos Específicos 17

1.3. Pregunta de Investigación 17

1.4. Justificación 19

1.5. Limitaciones 22

II. Marco Teórico 25

2.1. Marco Referencial 25

2.1.1. Estilo De Crianza: Revisión Teórica 26

2.1.2. Crianza Respetuosa 28

2.1.3. Crianza Contemporánea: una Perspectiva Desde la Familia 30

2.1.4. Familias y Regulación Emocional 31

2.1.5. Modelos Teóricos de la Regulación Emocional 32

2.1.6. Regulación Emocional 33

2.1.7. Estrategias de Autorregulación Emocional y el Bienestar Psicológico 34

2.1.8. Métodos de Evaluación de la Autorregulación Emocional 35

2.1.9. Estudios Internacionales Relacionados con las Variables 37

2.1.10. Estudios Nacionales Relacionados con las Variables 43

2.2. Marco Conceptual 49

2.2.1. Crianza 49

2.2.2. Estilos de Crianza 50

2.2.3. Estilos de Crianza según Steinberg 50

2.2.4. Dimensiones de los Estilos de Crianza 51
2.2.5. Tipos de Estilos de Crianza 51
2.2.6. Crianza Respetuosa 53
2.2.7. Familia 55
2.2.8. Límites 55
2.2.9. Emociones 56
2.2.10. Autorregulación Emocional 56
2.2.11. Autorregulación Emocional según Gross 57
2.2.12. Reevaluación Cognitiva 58
2.2.13. Supresión Emocional 58
2.2.14. Estrategias de Autorregulación Emocional 59
2.2.15. Desarrollo Emocional en la Adolescencia 60
2.2.16. Estudios Regionales y Nacionales 61
III. Marco Metodológico 63
3.1. Tipo de Investigación 63
3.2. Muestra Teórica y Sujetos de Estudio 66
3.2.1. Criterios de Inclusión 67
3.2.2. Criterios de Exclusión 67
3.3. Métodos y Técnicas de Recolección de Datos 68
3.3.1. Desarrollo de las Sesiones del Grupo Focal 68
3.3.2. Aplicación de Cuestionarios 69
3.3.3. Actividades dirigidas (Tercera y Cuarta sesión del grupo focal) 71
3.4. Procedimientos para el Procesamiento y Análisis de Información 71
3.4.1. Transcripción Literal de las Sesiones de los Grupos Focales 72
3.4.2. Revisión y Corrección de los Cuestionarios 72
3.4.3. Agrupación de los Resultados en Categorías Predefinidas 72

3.4.4. Análisis Simultáneo de los Resultados 72
3.4.5. Triangulación de los Resultados 73
3.4.6. Interpretación de los Resultados y Presentación Narrativa 73
3.5. Consideraciones Éticas 73
3.6. Papel del Investigador 74
3.7. Conclusión 74
IV. Resultados y Discusión 76
4.1. Estilos de Crianza: Identificación de Estilos y Tendencias 77
4.1.1. Dimensión: Compromiso Parental 80
4.1.2. Dimensión: Autonomía Psicológica 81
4.1.3. Dimensión: Control Conductual 82
4.1.4. Percepciones sobre Estilos de Crianza 83
4.2. Autorregulación Emocional 87
4.2.1. Selección de Situación y Evitación 89
4.2.2. Expresión y Supresión Emocional en el Contexto Social 89
4.2.3. Reevaluación Cognitiva 93
4.2.4. Supresión Emocional 94
4.2.5. Análisis Comparativo entre Reevaluación Cognitiva y Supresión Emocional 95
4.3. Relación entre Estilos de Crianza y Autorregulación Emocional 96
4.3.1. Estilo Democrático: Fomento de la Autonomía y la Reevaluación Cognitiva 96
4.3.2. Estilo Autoritario: Control Conductual Elevado y Supresión Emocional 98
4.3.3. Estilo Permisivo: Libertad sin Estructura y el Desafío en el Autocontrol 99
4.3.4. Estilo Negligente: Ausencia de Apoyo y Dificultades en la Autorregulación 100
4.4. Propuesta de Intervención 102
4.4.1. Objetivo de la Propuesta 102
4.4.2. Descripción del Programa 102

4.4.3. Sustento Teórico 104

V. Conclusiones 106

VI. Recomendaciones 110

Referencias 112

Anexos 119

Anexo 1. Escala de Estilo de Crianza de Steinberg (2001) 119

Anexo 2. Escala de Autorregulación Emocional para Jóvenes y Adultos de Nava (2021) 127

Anexo 3. Grupo focal sesión 3: Estilos de crianza 133

Anexo 4. Grupo focal sesión 4: Autorregulación Emocional 136

Anexo 5. Consentimiento Informado Tutores Legales 139

Anexo 6. Consentimiento Informado para Autoridades Preparatoria UNICA 140

Anexo 7. Programa de Formación Integral para Padres de Familia 141

Anexo 8. Fotos e Imágenes de las Actividades Realizadas 147

Anexo 9. Declaración de Autoria y Cesión de Derechos de Publicación 152

Índice de Tablas

Tabla 1. Resultados de la Escala de Estilos de Crianza de Steinberg 77

Tabla 2. Percepciones sobre Estilos de Crianza Mediante el Grupo Focal..... 83

Tabla 3. Resultados de la Escala de Regulación Emocional para Jóvenes y Adultos..... 87

Tabla 4. Expresión y Supresión de Emociones de los Participantes en el Grupo Focal 89

Tabla 5. Plan de Intervención para Formación Integral para Padres de Familia 143

Introducción

El desarrollo emocional de los adolescentes es un tema de creciente interés en el campo de la psicología, dado que, durante esta etapa crucial de la vida los jóvenes enfrentan grandes desafíos emocionales, sociales y académicos.

La adolescencia es una etapa de transición marcada por cambios profundos, tanto físicos como psicológicos, lo que requiere de un entorno de apoyo adecuado para que los jóvenes puedan gestionar sus emociones de manera efectiva y adaptativa. En este contexto, los estilos de crianza juegan un papel crucial, ya que las prácticas parentales influyen directamente en la capacidad de los adolescentes para autorregularse emocionalmente, enfrentar el estrés y construir relaciones saludables.

La presente investigación tiene como objetivo analizar la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la secundaria Preparatoria UNICA durante el segundo semestre de 2024**.** El enfoque se basa en la premisa de que los estilos de crianza, que incluyen el estilo democrático, autoritario, permisivo y negligente, tienen un impacto significativo en la manera en que los adolescentes aprenden a manejar sus emociones y enfrentan los desafíos de la vida diaria.

La investigación es importante porque permite identificar patrones y relaciones entre las prácticas parentales y el desarrollo emocional de los adolescentes. Entender cómo los diferentes estilos de crianza afectan la autorregulación emocional no solo es relevante para los profesionales de la psicología, sino también para padres, maestros y cualquier persona involucrada en el desarrollo integral de los adolescentes.

Esta comprensión puede conducir al diseño de intervenciones más efectivas que fomenten un entorno familiar y educativo más saludable, donde los jóvenes puedan desarrollarse plenamente en lo emocional y académico.

El propósito de esta investigación es, por lo tanto, proporcionar un análisis detallado de los estilos de crianza predominantes entre los estudiantes de la Preparatoria UNICA y su impacto en su capacidad para regular sus emociones. De esta forma, la investigación no solo busca cumplir con un objetivo académico, sino también generar propuestas prácticas

que puedan mejorar la relación entre padres e hijos y promover un entorno más favorable para el desarrollo emocional de los adolescentes.

En este informe se abordan primero los antecedentes del problema, situando al lector en el contexto de la investigación, seguido por la justificación del estudio, donde se expone la importancia del tema y la relevancia de investigar los estilos de crianza y la autorregulación emocional en los adolescentes.

A continuación, se presentan los objetivos de la investigación, tanto generales como específicos, que guiarán el análisis del tema. Posteriormente, se desarrolla el marco conceptual, donde se explican las teorías y conceptos clave que sustentan el estudio, incluyendo los diferentes estilos de crianza y el modelo de autorregulación emocional de Gross.

En la metodología, se describen los procedimientos y técnicas utilizadas para la recolección y análisis de datos, lo que incluye la selección de la muestra y los instrumentos aplicados. El siguiente apartado, resultados, expone los hallazgos más relevantes del estudio, organizados por las dimensiones de los estilos de crianza y la autorregulación emocional. Estos resultados se analizan y discuten en el contexto de la teoría presentada, haciendo énfasis en la influencia de los diferentes estilos parentales en la capacidad de los adolescentes para regular sus emociones.

Finalmente, el documento concluye con las conclusiones y recomendaciones derivadas de la investigación, las cuales tienen como objetivo proporcionar herramientas prácticas tanto a los padres como a los profesionales de la educación y psicología para mejorar el desarrollo emocional de los adolescentes. Se espera que este estudio sirva de base para futuras investigaciones y para la implementación de estrategias de intervención que fomenten un entorno de apoyo adecuado para los jóvenes en esta etapa de su vida.

Antecedentes y Contexto del Problema

La investigación sobre la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los adolescentes adquiere cada vez mayor relevancia debido a los desafíos emocionales y conductuales que presentan los jóvenes durante la etapa de la adolescencia. En este sentido, la educación y las relaciones familiares son factores determinantes en el desarrollo emocional, pues los estilos de crianza adoptados por los padres impactan profundamente en la capacidad de los hijos para manejar y regular sus emociones.

Diversos estudios han evidenciado que los estilos de crianza autoritarios, permisivos y negligentes pueden estar asociados con dificultades en la autorregulación emocional, mientras que la crianza con estilo democrático se ha relacionado con una mejor gestión emocional y un mayor bienestar psicológico en adolescentes.

La Preparatoria UNICA, fundada en 2008 como parte de la Universidad Católica "Redemptoris Mater", se ha destacado por su compromiso con la formación integral de los jóvenes nicaragüenses. Ofrece una modalidad educativa diurna con un enfoque en el dominio del inglés y la informática, brindando a los estudiantes una sólida base académica y formativa.

A partir del año 2023, con la incorporación de un orientador educativo al equipo docente, la institución ha redoblado esfuerzos para fortalecer el seguimiento y apoyo emocional de sus estudiantes, reconociendo la importancia de la educación emocional como complemento a la formación académica.

La población estudiantil de la Preparatoria UNICA actualmente está conformada por 168 alumnos, de los cuales 21 están cursando el séptimo grado y 24 el octavo grado. Estos estudiantes, en su mayoría, se encuentran en el inicio de la adolescencia, una etapa caracterizada por cambios significativos tanto físicos como emocionales.

El tránsito de la niñez a la adolescencia, junto con la adaptación a un nuevo entorno escolar, suele generar crisis emocionales que, en muchos casos, se expresan a través de comportamientos como la frustración, el estrés, la ansiedad y la baja autoestima. La falta de una adecuada gestión emocional ha llevado a que se presenten crisis de llanto, apatía y

frustración, lo que ha planteado la necesidad de una intervención más enfocada en la regulación emocional y el acompañamiento familiar.

Los estilos de crianza presentes en los hogares de los estudiantes varían considerablemente, y muchos de ellos han reportado recibir castigos físicos, una estricta disciplina, regaños constantes y una comunicación deficiente en sus familias. Asimismo, otros estudiantes mencionan la ausencia de supervisión, descuido en la crianza y una falta de control, lo que genera un ambiente de libertinaje en el hogar. Esta dualidad en las experiencias de crianza refleja la necesidad de un estudio más profundo sobre la relación entre las prácticas parentales y el desarrollo emocional de los adolescentes.

El problema que motiva esta investigación se centra en comprender cómo los estilos de crianza presentes en los hogares de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA influyen en su capacidad para regular sus emociones. La falta de autorregulación emocional, manifestada a través de conductas como la frustración, el estrés y la baja autoestima, ha sido observada por los docentes y el orientador educativo de la institución.

En la Preparatoria UNICA se ha evidenciado que muchos estudiantes experimentan conflictos emocionales y dificultades para gestionar adecuadamente sus sentimientos. Se ha observado una falta de asertividad y empatía en las interacciones entre los estudiantes, lo que afecta negativamente su capacidad para resolver conflictos de manera constructiva.

En términos de autonomía, algunos estudiantes presentan una dependencia excesiva de sus padres o tutores, mientras que otros parecen estar sobreexpuestos a la libertad, lo que dificulta la toma de decisiones responsables y el manejo de sus emociones.

A nivel familiar, los estilos de crianza reportados por los estudiantes incluyen, desde prácticas autoritarias y rígidas que limitan la expresión emocional y el diálogo, hasta estilos permisivos y negligentes, donde se observa una falta de control y supervisión. Estos patrones de crianza pueden tener un impacto directo en la autorregulación emocional de los adolescentes, ya que el ambiente familiar es uno de los principales contextos en los que los jóvenes aprenden a manejar sus emociones.

El escenario local de la Preparatoria UNICA no es ajeno a la realidad nacional. A nivel de Nicaragua, se han identificado múltiples desafíos en el ámbito familiar y educativo que afectan el desarrollo emocional de los adolescentes.

La falta de una comunicación efectiva entre padres e hijos, el uso de castigos físicos y la imposición de normas sin explicaciones claras, son prácticas comunes en muchos hogares nicaragüenses. Estos factores no solo limitan la autorregulación emocional, sino que también promueven la aparición de conductas problemáticas en los jóvenes.

En este contexto, la presente investigación busca abordar la problemática a partir de una comprensión integral de los factores que intervienen en la autorregulación emocional de los adolescentes, con un enfoque particular en la influencia de los estilos de crianza. Se espera que los resultados obtenidos contribuyan a la creación de una propuesta metodológica que brinde a las padres herramientas para apoyar a sus hijos en el manejo de sus emociones de manera respetuosa y efectiva.

Además, se busca generar conciencia sobre la importancia de la crianza basada en el respeto y la comunicación, con el objetivo de mejorar el bienestar emocional y académico de los estudiantes de la Preparatoria UNICA.

Con esta investigación, se pretende no solo identificar y analizar los estilos de crianza presentes en la comunidad educativa, sino también establecer la relación entre estos y la capacidad de autorregulación emocional de los adolescentes.

Objetivos

Objetivo General

Determinar la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA durante el segundo semestre del año 2024.

Objetivos Específicos

- Identificar los diferentes estilos de crianza presentes en los hogares de los estudiantes de séptimo y octavo grado de Preparatoria UNICA.
- Evaluar la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA.
- Establecer la relación entre los estilos de crianza identificados y la autorregulación de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA.
- Crear una propuesta metodológica de acompañamiento para padres basada en el respeto de las emociones de sus hijos.

Pregunta de Investigación

Este estudio parte de la premisa de que los estilos de crianza influyen significativamente en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la secundaria Preparatoria UNICA. Se espera que estos estilos de crianza influyan de manera diferencial en la capacidad de los estudiantes para regular sus emociones, lo que podría manifestarse en distintos niveles de competencia emocional entre los grupos de estudiantes.

A partir de esta base, se plantean varias preguntas que orientarán la exploración cualitativa de cómo los estilos de crianza afectan la gestión emocional de los adolescentes durante el segundo semestre del año 2024.

La pregunta de investigación que guía este estudio es: ¿Cuál es la relación entre los estilos de crianza y la autorregulación emocional en estudiantes de séptimo y octavo grado en Preparatoria UNICA?

Para explorar este tema en profundidad, se derivan preguntas secundarias que guían la recogida y análisis de datos:

¿Qué estilos de crianza son predominantes entre los hogares de los estudiantes de séptimo y octavo grado de Preparatoria UNICA y cómo se caracterizan estos estilos?

¿Cómo se manifiesta la autorregulación emocional en estos estudiantes?

¿Qué relación específica existe entre los estilos de crianza detectados y la autorregulación emocional de los adolescentes?

¿Qué estrategias metodológicas basadas en el respeto podrían implementarse en Preparatoria UNICA para mejorar el acompañamiento parental en el desarrollo emocional y educativo de los estudiantes?

Las preguntas de investigación que guían este trabajo permiten un abordaje sistemático y metódico de los aspectos clave del estudio, favoreciendo la profundización en las variables que se consideran cruciales para el manejo emocional de los adolescentes. Además, el estudio contempla el desarrollo de una propuesta metodológica que contribuya al acompañamiento efectivo de los padres en los aspectos educativos y emocionales de sus hijos, buscando mejorar la interacción familiar y fomentar un entorno de respeto y comprensión mutua.

El diseño dinámico de la investigación permite adaptaciones y refinamientos conforme avanza el estudio, especialmente en respuesta a la revisión de literatura relevante y el desarrollo del marco teórico. Esta flexibilidad es esencial para asegurar que la investigación se mantenga relevante y alineada con las últimas tendencias y hallazgos en el campo de la psicología.

Justificación

La adolescencia es una etapa de la vida compleja por el proceso de desarrollo que los jóvenes pasan en ese momento, es una etapa llena de emociones intensas, y manejar estas emociones puede ser complicado. Durante este período, los jóvenes experimentan sentimientos fluctuantes que pueden afectar su bienestar y su capacidad para funcionar de manera efectiva en el colegio y en su vida social.

Los adolescentes atraviesan numerosos cambios físicos, sociales y psicológicos mientras exploran y consolidan su autonomía e identidad, un proceso que puede dar lugar a dificultades emocionales y psicológicas tales como ansiedad, depresión, impulsividad y conductas conflictivas.

Estas dificultades no solo son consecuencia natural del desarrollo en esta etapa, sino que también se ven profundamente influenciadas por factores externos, en particular el entorno familiar y los estilos de crianza. El contexto en el que se desenvuelven, junto con la forma en que sus padres o cuidadores abordan su educación y desarrollo emocional, juega un papel fundamental en cómo los adolescentes enfrentan y gestionan estos cambios.

Así, el estilo de crianza adoptado puede facilitar o, en algunos casos, dificultar el desarrollo de habilidades emocionales que permitan a los jóvenes comprender, regular y expresar sus emociones de forma saludable y efectiva.

Las consecuencias de una gestión emocional inadecuada en la adolescencia se evidencian en índices elevados de fracaso escolar, abandono de estudios y conductas de riesgo, reflejando la presencia de apatía, estrés y síntomas depresivos. Esto subraya la importancia de que los adolescentes adquieran habilidades de regulación emocional en esta etapa, lo cual no solo favorece un desarrollo saludable, sino que también establece las bases para una vida adulta autónoma y emocionalmente estable.

En este sentido, los estilos de crianza practicados por padres y tutores desempeñan un papel fundamental en cómo los adolescentes aprenden a reconocer, comprender y manejar sus emociones. No obstante, muchos padres continúan aplicando modelos de crianza heredados, que a menudo dejan de lado las necesidades emocionales de los jóvenes

y pasan por alto el contexto social actual, caracterizado por rápidos avances tecnológicos y un énfasis creciente en la identidad y valores individuales.

Es crucial que padres, tutores y educadores comprendan la importancia del desarrollo emocional y cognitivo en la adolescencia y adapten sus prácticas para apoyar y promover estas competencias, favoreciendo así un enfoque integral que incluya tanto habilidades académicas como competencias socioemocionales.

Los padres ejercen una influencia directa en el desarrollo de estas competencias emocionales a través de la observación y el modelado de comportamientos. Sin embargo, la falta de formación adecuada en estos procesos limita su efectividad.

Una colaboración estrecha entre el hogar y la escuela resulta entonces fundamental, ya que puede facilitar un entorno de aprendizaje holístico que fomente el bienestar emocional y el desarrollo integral de los adolescentes. Esta sinergia entre ambos contextos fortalece la capacidad de los jóvenes para gestionar sus emociones de manera saludable y prepara el escenario para un crecimiento personal satisfactorio y adaptativo durante la adolescencia.

Es importante entender que cada comportamiento o actitud de los estudiantes refleja una necesidad o carencia, a menudo influenciada por los estilos de crianza que experimentaron en casa. La familia es el primer y más influyente entorno social y educativo en donde los niños y adolescentes desarrollan habilidades para identificar las propias emociones y las de los demás, expresarlas de manera apropiada, controlarlas y ajustarlas en diferentes situaciones.

La presente investigación pretende explorar y analizar cómo los diferentes estilos de crianza presentes en los hogares de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA influyen en el desarrollo de la habilidad de autorregulación emocional con el fin de crear una propuesta metodológica de acompañamiento para su implementación tanto en el entorno familiar como escolar.

Desde la mirada de la psicología social y comunitaria, este estudio se fundamenta en la premisa de que el entorno social inmediato, en particular la familia, juega un papel crucial en la formación de las competencias emocionales y sociales de los adolescentes. La

psicología social ofrece un marco valioso para entender cómo las interacciones familiares y las normas sociales influyen en el comportamiento y el desarrollo emocional, mientras que la psicología comunitaria destaca la importancia de generar intervenciones y cambios positivos en la dinámica familiar y comunitaria.

Para abordar esta problemática de manera integral, se empleará un enfoque metodológico cualitativo fundamentado en la búsqueda de una comprensión profunda y contextualizada de la relación entre los estilos de crianza y la autorregulación emocional. Este enfoque es ideal porque permite explorar las percepciones, experiencias y significados que los participantes atribuyen a su comportamiento y las dinámicas familiares, aspectos que serían difíciles de capturar con enfoques puramente cuantitativos.

Se utilizarán instrumentos estandarizados de escala y herramientas como grupos focales para proporcionar una visión detallada de las vivencias individuales y colectivas, facilitando la identificación de patrones y matices en las interacciones familiares y el desarrollo emocional de los jóvenes.

La relevancia de esta investigación radica en su capacidad para proporcionar información valiosa que pueda guiar la práctica parental y educativa. Al comprender mejor cómo los estilos de crianza afectan la capacidad de los adolescentes para autorregularse emocionalmente, será posible diseñar estrategias de intervención y acompañamiento más efectivas tanto en el entorno familiar como escolar, fomentando así un desarrollo integral y saludable.

Promover una adecuada autorregulación emocional está estrechamente relacionado con la mejora en la convivencia escolar, la reducción de problemas psicológicos y conductuales, y la preparación de los adolescentes para enfrentar los desafíos de la adultez de manera más resiliente.

El presente estudio se alinea con el Plan Nacional de Lucha contra la Pobreza y para el Desarrollo Humano 2022-2026, destacando su énfasis en el fortalecimiento familiar y el apoyo psicosocial como pilares contra la pobreza (Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, 2021).

Asimismo, responde a la visión de la juventud como eje central del desarrollo, al promover habilidades emocionales que permitan a los adolescentes ser agentes de cambio en sus comunidades. La propuesta metodológica busca fortalecer capacidades familiares y educativas, contribuyendo al desarrollo integral de los adolescentes y a la sostenibilidad de las metas del plan.

Además, se alinea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), en particular con el objetivo de Salud y Bienestar (Naciones Unidas, 2018), que busca garantizar una vida sana para todas las edades y asegurar así el desarrollo sostenible.

Esta investigación no se limita a analizar la relación entre los estilos de crianza y la autorregulación emocional, sino que también pretende ofrecer soluciones concretas que influyan positivamente en políticas y prácticas educativas y familiares, fortaleciendo el acompañamiento emocional de los adolescentes nicaragüenses y contribuyendo a comunidades más saludables y sostenibles.

En este sentido, el estudio no solo genera conocimientos teóricos, sino también herramientas prácticas que puedan aplicarse en la vida diaria de los jóvenes, sus familias y sus entornos educativos, construyendo un ambiente de apoyo y facilitando un desarrollo integral para los adolescentes.

Limitaciones

En la presente investigación se identificaron diversas limitaciones que pudieron haber influido en el desarrollo y los resultados obtenidos. Aunque estas no invalidan los hallazgos, es fundamental considerarlas al interpretar los resultados y contextualizarlos adecuadamente dentro del marco específico en el que se realizó el estudio.

Una de las principales limitaciones identificadas fue el requisito del consentimiento informado para la participación de los estudiantes. La población objetivo estaba compuesta por estudiantes menores de edad, lo que requirió solicitar el consentimiento de sus tutores legales. Inicialmente, el estudio contemplaba la participación de 45 estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA; sin embargo, solo 12 de ellos participaron activamente, ya que únicamente sus padres otorgaron el consentimiento informado.

Esta situación pudo haber sido influida por una variedad de factores subjetivos, como sesgos, temores a ser juzgados, miedos, y preconceptos acerca de los temas abordados en la investigación. Esto redujo el número de participantes efectivos y, en consecuencia, limitó la capacidad de generalizar los hallazgos a un grupo más amplio de adolescentes.

Adicionalmente, la naturaleza de las respuestas de los estudiantes podría haberse visto influenciada por su estado emocional en el momento de la recolección de datos. Es posible que sus respuestas varíen dependiendo del día o de las circunstancias emocionales que estén viviendo en ese momento, ya que la adolescencia es una etapa en la que las emociones pueden fluctuar considerablemente.

Este aspecto es relevante, pues el estado emocional transitorio podría impactar en la manera en que los estudiantes perciben y responden a las preguntas relacionadas con sus experiencias familiares y emocionales. La relación que estén experimentando con sus padres o compañeros en el momento de la evaluación también puede influir en sus respuestas, lo que introduce una variabilidad en los datos que no siempre refleja una realidad constante.

Además, la recopilación de información también presentó sus propios retos. Al tratarse de un tema sensible que involucra las relaciones familiares y los estilos de crianza, algunos estudiantes podrían haber sido reacios a compartir ciertos detalles personales, ya sea por vergüenza, temor a ser juzgados o desconfianza. Esta reserva en proporcionar información sincera o completa pudo haber afectado la riqueza y exactitud de los datos obtenidos.

La metodología basada en autoinformes y grupos focales también conlleva sus propios riesgos de sesgo. Al depender de la autoevaluación de los participantes, existe la posibilidad de que algunos no hayan sido completamente conscientes o sinceros sobre sus comportamientos y emociones, lo que podría haber influido en la precisión de los resultados.

Por otra parte, aunque el estudio no abordó de manera exhaustiva las diferencias culturales y socioeconómicas, es innegable que estos factores pueden tener un impacto en

los estilos de crianza y, por ende, en la autorregulación emocional de los adolescentes. La falta de un análisis profundo de estas variables limita la comprensión de las dinámicas familiares en el contexto nicaragüense, lo que podría haber ofrecido una visión más amplia y matizada.

A pesar de las restricciones, los hallazgos aportan una valiosa comprensión sobre la relación entre los estilos de crianza y la autorregulación emocional de los adolescentes, y el estudio establece un importante precedente para futuras investigaciones en el área.

Marco Teórico

En este capítulo se introduce la estructura del marco teórico que guiará la presente investigación. En primer lugar, se presentará una revisión exhaustiva de hallazgos relevantes y aspectos metodológicos clave en el marco referencial, basados en estudios previos relacionados con la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los adolescentes. Esta sección se enfocará en sintetizar y analizar la información disponible sobre el tema, proporcionando un contexto robusto y fundamentado para la interpretación de los resultados de la investigación.

En el marco conceptual, se definirán y analizarán los conceptos clave y las perspectivas teóricas que sustentan esta investigación. Se abordarán términos esenciales como los estilos de crianza según la teoría de Steinberg y la autorregulación emocional basada en el modelo teórico de Gross. Estos conceptos son fundamentales para comprender el enfoque de la investigación y la manera en que se interpretarán las variables implicadas.

El propósito de este marco teórico es ofrecer una base sólida que sustente la hipótesis y objetivos del estudio, facilitando una comprensión profunda de los factores que influyen en la gestión emocional de los adolescentes y cómo estos pueden estar relacionados con los diferentes estilos de crianza. De esta manera, se pretende que el lector adquiera una visión integral del tema abordado, conociendo las principales conclusiones y metodologías que han sido empleadas en investigaciones previas, y entendiendo los términos y conceptos más importantes que se manejarán a lo largo de la investigación.

Marco Referencial

En los últimos años, se han producido cambios significativos en varios aspectos de la sociedad, incluidas las dinámicas familiares, sociales, culturales y tecnológicas. Estos cambios han tenido un impacto notable en cómo se crían a los niños y en el desarrollo de sus habilidades emocionales, especialmente en lo que respecta a la regulación emocional (Barrero et al. 2020).

A pesar de que hay una gran cantidad de información disponible sobre los estilos de crianza y su influencia en la regulación emocional de los adolescentes, este tema sigue

siendo relevante y continúa generando debate. Las investigaciones actuales continúan aportando nuevas perspectivas y descubrimientos que enriquecen nuestra comprensión del impacto que tienen las diversas prácticas parentales en el desarrollo emocional de los jóvenes, específicamente en la autorregulación emocional.

Este marco referencial pretende examinar las investigaciones más pertinentes sobre este tema para identificar los factores clave que vinculan los estilos de crianza con la capacidad de los adolescentes para regular sus emociones de manera efectiva. En otras palabras, este marco se dedica a revisar y sintetizar la evidencia disponible para entender cómo las diferentes formas en que los padres crían a sus hijos influyen en la manera en que estos últimos aprenden a manejar sus emociones.

Al identificar estos factores clave, se busca proporcionar una base sólida para la comprensión de los procesos de crianza y su impacto en el desarrollo emocional de los adolescentes. Esto puede tener importantes implicaciones tanto para los padres como para los profesionales que trabajan con jóvenes, ya que les permite tomar decisiones informadas sobre cómo apoyar mejor el bienestar emocional de los adolescentes.

Estilo De Crianza: Revisión Teórica

El estudio sobre estilos parentales de crianza, titulado “Revisión teórica de los estilos de crianza parental” y realizado por Rafael y Castañeda (2021), proporciona un análisis exhaustivo que abarca diversas investigaciones y perspectivas, ofreciendo así una comprensión profunda del tema.

La revisión bibliográfica se efectuó con un enfoque riguroso, considerando criterios como fuentes, variables, poblaciones y bases de datos pertinentes, lo que garantiza la relevancia y solidez del estudio. La metodología seguida es clara y estructurada, comenzando con la definición del tema y los objetivos de la revisión. La selección de fuentes científicas se basó en criterios específicos de utilidad y fiabilidad, utilizando como fuente principal la Biblioteca Virtual de la Universidad Continental.

La organización y síntesis de la información se llevó a cabo de manera sistemática, identificando cuatro categorías en estilos de crianza que fueron analizadas y teorizadas: estilo parental autoritario, democrático, permisivo y negligente.

El análisis de Rafael y Castañeda se fundamenta en estudios nacionales e internacionales, permitiendo una comprensión amplia de los efectos y resultados de cada estilo parental. Además, se evidencia la categoría de control psicológico en la crianza, que va más allá del control tradicional y se centra en cómo los padres intentan manipular o influir en el estado emocional o conductas de los niños, a menudo mediante el uso de la culpa o la manipulación. Este tipo de crianza parece estar más asociado con las madres que con los padres, sugiriendo una dinámica de género importante que merece ser explorada más a fondo.

Un aspecto destacado es el surgimiento del concepto de "overparenting" o sobreprotección parental, que implica un control excesivo por parte de los padres sobre la vida y decisiones de sus hijos. Este fenómeno refleja las crecientes presiones y expectativas que enfrentan los padres en la sociedad moderna. La discusión subraya la importancia de considerar la diversidad de estructuras familiares al estudiar los estilos de crianza, incluyendo la evolución de los modelos de familia y su influencia en el desarrollo de los niños.

Para concluir, los autores plantean la interrogante sobre si son los padres quienes imponen un cierto estilo de crianza a sus hijos o si son los hijos quienes moldean dichos estilos en sus padres, sugiriendo una dinámica bidireccional en la formación de los estilos de crianza. Este punto resalta la complejidad del proceso de crianza y la interacción continua entre padres e hijos.

El trabajo “Estilos de crianza: una revisión teórica” de Velásquez (2020) complementa este análisis, centrándose en la influencia de los estilos de crianza en el hogar y factores conexos frente al fenómeno de la socialización. La revisión conceptual abarca artículos publicados entre 2005 y 2018, enfocándose en aspectos como formas de crianza, pautas de crianza, tipología de los estilos y su relación con los tipos de familia y la socialización.

El análisis de Velásquez resalta la influencia significativa de factores sociales, familiares y la armonía del hogar en los estilos de crianza, así como la importancia del estilo adoptado en la satisfacción familiar.

En este contexto, se define el estilo de crianza como una serie de formas interrelacionadas que crean un ambiente emocional en el cual los comportamientos de los padres se expresan y dirigen hacia el hijo, con el objetivo principal de socializar e inculcar valores, creencias y habilidades sociales. Se concluye que el estilo de crianza es un constructo complejo influenciado por múltiples factores y que tiene un impacto significativo en la socialización y el desarrollo integral de los niños, así como en la calidad de vida familiar.

La investigación de Velásquez también se enfoca en la relación entre los estilos de crianza y la calidad de vida familiar. Los resultados indican que los padres que adoptan un estilo de crianza democrático tienden a reportar una mayor satisfacción con su rol parental y una mejor calidad de vida familiar. En contraste, aquellos que utilizan un estilo permisivo o negligente pueden experimentar una menor satisfacción y enfrentar desafíos adicionales en la socialización y desarrollo de sus hijos.

En resumen, tanto los estudios de Rafael y Castañeda como los de Velásquez destacan que el estilo de crianza es un constructo complejo influenciado por múltiples factores. Este constructo tiene un impacto significativo en la socialización y el desarrollo integral de los niños, así como en la calidad de vida familiar.

Los estilos de crianza democráticos son los más propensos a fomentar un desarrollo positivo y una adaptación social saludable en los niños. Por otro lado, los estilos autoritario, permisivo y negligente pueden tener efectos negativos, variando desde problemas de autoestima y adaptación social hasta inmadurez y ansiedad.

El ser humano, desde su primera etapa, manifestará y exteriorizará una adecuada capacidad de socialización, dependiendo de forma directa de la educación y estilos de crianza forjados en su primer entorno social, la familia. Por lo tanto, los tipos de estilos de crianza determinarán la capacidad de socialización y el desarrollo integral del individuo a lo largo de su vida.

Crianza Respetuosa

Dentro del campo de la crianza respetuosa, se destacan tres investigaciones que aportan una base teórica y empírica relevante para este estudio. La primera es la investigación titulada "La crianza respetuosa como forma de ejercer la paternidad" de

Manzo y Cordón (2024), quien exploraron la crianza respetuosa como un enfoque de parentalidad basado en la teoría de los estilos de crianza de Diana Baumrind, con sus tipologías democrática, autoritaria y permisiva.

Este estudio también toma en cuenta la redefinición de los estilos de crianza realizada por Maccoby y Martin, quienes añadieron el estilo negligente, y la incorporación de la categoría de padres mixtos propuesta por Steinberg. Además, Manzo y Cordón incluyeron las teorías del apego de Bowlby y del aprendizaje social de Bandura como fundamentos psicológicos clave para comprender la influencia de la crianza en el desarrollo infantil.

El estudio, de enfoque cualitativo y metodología participativa, se desarrolló con padres de familia de una institución educativa y utilizó entrevistas semiestructuradas y cuestionarios para conocer las prácticas parentales y sus impactos.

La segunda investigación, "Actitudes y realidades sobre la crianza respetuosa en un grupo de padres de familia de Bucaramanga y su Área Metropolitana" realizada por Espinel y Gil (2024), se centra en las actitudes y percepciones sobre la crianza respetuosa en un grupo de madres de Bucaramanga y su área metropolitana.

Mediante un enfoque cualitativo fenomenológico, el estudio reveló que las madres perciben la crianza respetuosa como un modelo que les permite atender tanto las necesidades emocionales de sus hijos como las propias. Uno de los hallazgos más destacados fue el esfuerzo de estas madres por transformar patrones de crianza tradicionales en prácticas más empáticas y comprensivas, enfocándose en evitar las prácticas autoritarias experimentadas en su propia infancia.

Finalmente, el trabajo de Gonzáles y Sáenz (2020), titulado "Crianza Respetuosa: Hacia una parentalidad centrada en las niñas y los niños", aporta una reflexión crítica desde el Modelo Somos Familia de la Fundación Paniamor. Esta investigación promueve una crianza centrada en los derechos y necesidades de los niños, resaltando que la eliminación de castigos físicos y humillantes es solo un aspecto de la crianza respetuosa.

Los autores enfatizan que la participación activa y el respeto hacia los niños son fundamentales para fomentar su desarrollo integral y convertirlos en agentes activos

dentro de sus entornos. En este sentido, la investigación aboga por una crianza que construya vínculos seguros y que fomente el desarrollo de la autonomía infantil.

Estas investigaciones aportan una visión integral de la crianza respetuosa, brindando marcos teóricos y hallazgos empíricos que fundamentan la importancia de este enfoque en el desarrollo emocional y social de los niños.

Crianza Contemporánea: una Perspectiva Desde la Familia

El estudio de Bedoya et al. (2020) titulado "Crianza contemporánea: significados y comprensiones desde la voz de las familias", realizado en la Universidad Católica Luis Amigó, profundiza en las dinámicas contemporáneas de crianza y acompañamiento familiar para niños de 1 a 13 años. El objetivo principal es explorar cómo las transformaciones posmodernas han impactado las concepciones y prácticas de crianza, considerando nuevas configuraciones familiares y roles parentales.

Utilizando una metodología cualitativa integrativa, los autores examinan cómo la familia moderna ha evolucionado desde estructuras tradicionales hacia configuraciones más diversas y flexibles. El estudio categoriza el acompañamiento parental en formas permanentes, delegadas y compartidas, analizando estilos de crianza participativos, reflexivos e impositivos. Además, se abordan tendencias contemporáneas como la influencia de los abuelos, el uso de tecnologías digitales y la percepción del castigo físico.

Los hallazgos enfatizan que la familia es percibida como un entorno fundamental de seguridad emocional, apoyo afectivo y desarrollo social para los niños. Se destaca la importancia de un acompañamiento que no solo abarque el aspecto físico, sino que también nutra el vínculo emocional, la comunicación y la cercanía tanto física como emocional entre padres e hijos.

El estudio concluye subrayando la necesidad de una comprensión crítica y profunda de las prácticas de crianza, desafiando concepciones simplistas y promoviendo un diálogo constructivo sobre la infancia y la subjetividad infantil en contextos contemporáneos. Se invita a una reflexión continua sobre la crianza que sea consciente, adaptativa y sensible a las complejidades familiares y las necesidades individuales de los niños.

Este enfoque integral proporcionado por Bedoya et al. (2020) resalta la importancia de comprender las dinámicas familiares contemporáneas y su influencia en el desarrollo emocional y social de los niños, enriqueciendo así el marco teórico sobre la crianza en la educación y la psicología del desarrollo infantil.

Familias y Regulación Emocional

El estudio de Tobar y Lara-Machado (2023), titulado "Funcionamiento familiar y su relación con la regulación emocional en adolescentes de la ciudad de Ambato", explora cómo el funcionamiento familiar influye en la capacidad de los adolescentes para regular sus emociones, destacando la familia como un componente crucial para el bienestar emocional durante la adolescencia. El objetivo principal fue determinar cómo la calidad de las relaciones y dinámicas familiares afecta la habilidad de los adolescentes para ajustar sus emociones en diversas situaciones.

Metodológicamente, el estudio adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo de alcance correlacional, no experimental y de corte transversal. Se evaluaron 460 adolescentes de 12 a 17 años utilizando los cuestionarios del Funcionamiento Familiar (FF-SIL) y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ-CA).

Los hallazgos revelaron que el 82.2% de los adolescentes percibieron un alto nivel de funcionamiento familiar, y se encontró una correlación positiva significativa entre el funcionamiento familiar y la reevaluación cognitiva. Esto indica que los adolescentes que experimentan un ambiente familiar sólido y cohesivo tienden a manejar mejor sus emociones al reevaluar cognitivamente sus respuestas emocionales.

Además, el estudio mostró que los adolescentes puntuaron alto en reevaluación cognitiva, lo que evidencia su capacidad para evaluar y ajustar adecuadamente sus respuestas emocionales, mientras que la supresión emocional obtuvo puntuaciones más bajas, indicando una menor tendencia a reprimir emociones y mantener una expresión afectiva positiva.

En términos de género, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la regulación emocional, sugiriendo que tanto hombres como mujeres pueden desarrollar habilidades similares en este aspecto. Asimismo, se destacó que el

funcionamiento familiar influye directamente en ambas dimensiones de la regulación emocional: facilita la reevaluación cognitiva y reduce la represión emocional, permitiendo a los adolescentes expresar sus emociones de manera saludable y adaptativa.

De manera general, el estudio enfatiza la relevancia del entorno familiar en el desarrollo de habilidades emocionales en adolescentes. Un funcionamiento familiar positivo, caracterizado por la cohesión y el apoyo, no solo promueve la autorregulación emocional, sino que también contribuye al bienestar psicológico integral de los jóvenes, proporcionándoles un entorno seguro y de confianza para explorar y gestionar sus emociones de manera efectiva.

Modelos Teóricos de la Regulación Emocional

El estudio "Modelos teóricos y métodos de evaluación de la regulación emocional" realizado por Moreno L. y Moreno J. (2023) se centra en el análisis científico de las emociones, proporcionando una comprensión profunda del comportamiento humano mediante el examen de su origen, experiencia e influencia en las acciones.

El estudio adoptó una metodología descriptiva con un enfoque documental, revisando investigaciones disponibles en bibliotecas e internet, publicadas en revistas o libros científicos y que aborden la regulación emocional de manera actualizada.

Los principales modelos teóricos de regulación emocional descritos incluyen el Modelo de la Regulación Emocional de Gross, el Modelo de Regulación Emocional de Thompson, el Modelo de Regulación Emocional de Lazarus y Folkman, el Modelo de Regulación Emocional de Gross y Thompson, el Modelo de Proceso Extendido de Regulación Emocional de Sheppes y el Modelo de Proceso Dual de Regulación Emocional de Gyurak.

En cuanto a los métodos de evaluación más convencionales de la regulación emocional, el estudio identifica varios instrumentos clave: la Escala de Dificultades en la Regulación de Emociones (DERS), el Cuestionario de Regulación de la Emoción (ERQ), la Lista de Verificación de Regulación de Emociones (ERC), el Cuestionario de Regulación Emocional Cognitiva (CERQ) y la Escala de Manejo de la Tristeza Infantil (CSMS).

Estos instrumentos permiten medir diversos aspectos de la regulación emocional, proporcionando una base sólida para la evaluación y mejora de las habilidades emocionales.

Para finalizar, la investigación destaca la relevancia de la regulación emocional en el mantenimiento del bienestar físico y mental. Los modelos teóricos y métodos de evaluación revisados en el estudio ofrecen herramientas valiosas para investigar y aplicar estrategias de regulación emocional en diversos contextos, favoreciendo una comprensión más profunda y una gestión más eficaz de las emociones en la vida cotidiana.

La integración de estas herramientas y conocimientos en el campo de la psicología y la educación emocional es fundamental para promover un desarrollo emocionalmente saludable en individuos de todas las edades.

Regulación Emocional

La investigación "Revisión teórica de la regulación emocional" de Ruesta (2020), desde un enfoque teórico-narrativo y no experimental, emplea el análisis de documentos provenientes de bases de datos, repositorios de universidades nacionales e internacionales, y libros. El objetivo principal es analizar los modelos teóricos de regulación emocional, destacando la evolución y adaptación del concepto. Este estudio identifica seis modelos que explican la regulación emocional, cada uno aportando perspectivas únicas sobre cómo se gestionan las emociones.

El Modelo la Regulación Emocional propuesto por Gross en el 2015, es identificado como el más completo por Ruesta, ya que ayuda a comprender, explicar y predecir el comportamiento humano ante diversas situaciones. Este modelo destaca la importancia de la interacción del sistema de valoración y detalla cómo se seleccionan e implementan las estrategias de regulación emocional, así como las posibles dificultades que pueden surgir durante este proceso.

También se remarca la importancia de continuar investigando este constructo, reconociendo cómo se desarrolla a lo largo del ciclo vital, identificando las variables asociadas, y profundizando en las estrategias de regulación emocional. Ruesta recomienda ampliar la investigación para incluir documentos de acceso restringido y fuentes en otros

idiomas, lo cual podría enriquecer el entendimiento de la regulación emocional y sus aplicaciones en diversas culturas y contextos.

Estrategias de Autorregulación Emocional y el Bienestar Psicológico

En este contexto, Andrade (2023), aborda la autorregulación como una competencia crucial de la inteligencia emocional, la cual permite a los individuos gestionar y controlar sus reacciones ante estímulos emocionalmente intensos en su trabajo “Estrategias de autorregulación emocional y el bienestar psicológico en adolescentes de entre 11 a 14 años”.

Esta habilidad facilita la adaptación al entorno y mejora las capacidades de resolución de problemas y toma de decisiones. En la adolescencia, una etapa caracterizada por una débil capacidad de autocontrol y una tendencia a comportamientos impulsivos, es fundamental enseñar estrategias psicológicas que promuevan la integridad psicológica y emocional.

El objetivo de la investigación fue determinar la eficacia de una guía de autorregulación emocional en el bienestar psicológico de adolescentes de 11 a 14 años en la Unidad Educativa “La Inmaculada” de Latacunga. La metodología utilizada fue cuantitativa, midiendo ambas variables mediante el Cuestionario de Regulación Emocional de Gross y Conelly (2023) y la escala de bienestar psicológico de Ryff (1995).

El estudio se desarrolló como una investigación cuasi experimental, aplicando una guía de estrategias de autorregulación emocional a un grupo de 80 adolescentes, de los cuales 56 eran mujeres (69%) y 24 hombres (31%), administrando pre y post tests.

Los resultados mostraron diferencias significativas ($p < 0,05$) en los niveles de autorregulación y bienestar psicológico de los adolescentes antes y después de la implementación de la guía. Se demostró que la aplicación de la guía de estrategias de autorregulación emocional incrementó el bienestar psicológico ($p = 0,000 < 0,05$).

Con la intervención, los adolescentes mejoraron significativamente sus niveles de bienestar psicológico, confirmando que el aprendizaje de estrategias de autorregulación emocional a través de una guía técnica es eficaz.

La valoración de la autorregulación emocional en los adolescentes reveló inicialmente niveles bajos en las dimensiones de reevaluación cognitiva y supresión expresiva. Sin embargo, después de la intervención, se observó un aumento en los niveles de reevaluación cognitiva, indicando una mejora en la capacidad de identificar y modificar positivamente las emociones.

Antes de la intervención, predominaban los niveles bajos y medios de bienestar psicológico. Posteriormente, se evidenció un incremento en el nivel alto de bienestar psicológico, reflejando una apreciación positiva de sí mismos, mejor socialización, mayor autonomía, adaptación al entorno y capacidad de crecimiento individual.

Finalmente, se demostró una relación estadísticamente significativa entre la reevaluación cognitiva y el bienestar psicológico en los resultados pre y post test, confirmando que la capacidad de reconocer y modificar emociones de manera positiva incide directamente en el bienestar psicológico. La implementación de la guía de estrategias de autorregulación emocional resultó en un aumento significativo del bienestar psicológico en los adolescentes participantes del estudio.

Métodos de Evaluación de la Autorregulación Emocional

La investigación “evidencias psicométricas del Cuestionario de Autorregulación Emocional en adolescentes del distrito de Independencia-Huaraz” de Espinoza y Cervantes (2021) se centró en determinar las evidencias psicométricas del Cuestionario de Autorregulación Emocional (ERQ) en adolescentes del distrito de Independencia, Huaraz. Este estudio aplicó el instrumento a una muestra no probabilística de 345 estudiantes de nivel secundario, con el objetivo de evaluar su validez y confiabilidad.

Los resultados demostraron una validez basada en la estructura interna, mostrando ajustes de bondad satisfactorios (X2/gl= 2,22; GFI=,96; RMSEA=,060; SRMR=,037; CFI=,97; TLI=,96; PNFI=.72), lo que corrobora el modelo teórico propuesto por Gross y John (2003). Además, se encontró una validez significativa basada en la relación con otras variables, donde el ERQ mostró correlaciones significativas de nivel medio con las Escalas de Afecto Positivo y Negativo-Forma Corta (I-Spanas SF) y la Tolerancia a la Frustración.

En términos de confiabilidad, el estudio halló un coeficiente de Omega de McDonald aceptable para las dos dimensiones del ERQ: reevaluación cognitiva (RC) (ω=.826) y supresión expresiva (SE) (ω=.833). Estos resultados confirman que el cuestionario de Autorregulación Emocional (ERQ-P) posee propiedades psicométricas adecuadas de validez y fiabilidad, incluso en una población diferente a la del instrumento original.

El estudio determinó la validez de constructo mediante el análisis factorial confirmatorio, que reportó índices de ajuste aceptables para el modelo teórico. Además, se evidenció una correlación significativa del ERQ con otras variables relevantes, como las escalas de afecto positivo y negativo y la tolerancia a la frustración.

La investigación sugiere a los profesionales de salud mental utilizar el cuestionario de regulación emocional como herramienta de apoyo para diagnósticos, dado que presenta propiedades psicométricas adecuadas respecto a su validez y confiabilidad. Asimismo, recomienda profundizar en estudios psicométricos en contextos similares o diferentes a la muestra utilizada, para verificar y ampliar la validez y confiabilidad del instrumento en el campo de la psicología. También se aconseja ampliar los estudios de validez relacionados con otras variables utilizando diversos instrumentos.

En definitiva, el Cuestionario de Autorregulación Emocional (ERQ) es una herramienta valiosa y confiable para evaluar la autorregulación emocional en adolescentes, proporcionando un recurso útil para el diagnóstico y la intervención en contextos educativos y clínicos.

La investigación “escala de regulación emocional para jóvenes y adultos: desarrollo y análisis de sus propiedades psicométricas” realizada por Nava (2021) subraya la relevancia de evaluar la regulación emocional, dado que niveles elevados de esta competencia se correlacionan con un mejor funcionamiento general, mientras que su déficit puede ocasionar impactos negativos en la salud y calidad de vida.

El estudio se centró en desarrollar y analizar las propiedades psicométricas de una escala destinada a medir la regulación emocional en jóvenes y adultos, basada en el Modelo de Regulación Emocional de James Gross.

Inicialmente, se elaboraron 51 ítems agrupados en cinco dimensiones, que fueron ajustados tras la evaluación de jueces y las observaciones pertinentes. La escala se aplicó a una muestra de 354 participantes, con edades comprendidas entre 18 y 60 años, compuesta por 65 hombres (18.4%) y 289 mujeres (81.6%).

Se llevó a cabo un análisis factorial exploratorio utilizando el método de máxima verosimilitud con rotación oblicua, obteniendo un KMO de .859 y una prueba de esfericidad de Bartlett significativa al .000.

La versión final de la escala quedó compuesta por 22 ítems distribuidos en seis factores: evitación (α=.752), modificación de la situación (α=.821), modulación de la respuesta (α=.657), cambio cognitivo (α=.794), estrategias dirigidas al mantenimiento de emociones (α=.797) y selección de la situación (α=.752). El índice de confiabilidad de la escala total fue alto (α=.826).

En conclusión, la escala desarrollada por Nava demuestra ser una herramienta confiable y válida para evaluar la regulación emocional en jóvenes y adultos. Este instrumento permite identificar el nivel de regulación emocional en la población y relacionarlo con otros factores, proporcionando un recurso valioso para la investigación y la intervención en el ámbito de la salud mental y el bienestar emocional.

Estudios Internacionales Relacionados con las Variables

La investigación de Bedoya (2023) titulada "estilos de crianza y nivel de logro de aprendizaje en los estudiantes del nivel secundaria. Ancash, 2023", se centró en determinar la relación entre los estilos de crianza y el nivel de logro de aprendizaje de los estudiantes de secundaria en Chimbote. El estudio se enmarca en una metodología de tipo básica, con un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo-correlacional. La muestra estuvo constituida por 85 estudiantes de secundaria.

Para la recolección de datos se utilizó la "Escala de estilos de crianza de Steinberg" y las notas de las actas de evaluación académica para medir el nivel de logro. Los resultados indicaron que el 59.3% de los estudiantes alcanzaron el nivel de logro esperado y presentaron un estilo de crianza autoritativo. Por otro lado, un porcentaje mínimo del 1.2%

de los estudiantes mostró un nivel de logro en proceso, asociado con estilos de crianza negligentes.

A pesar de estos hallazgos, la investigación concluyó que no existe una relación significativa entre los estilos de crianza y el nivel de logro de aprendizaje, aceptando así la hipótesis nula. La relación encontrada fue positiva pero muy baja y no significativa.

De manera general, aunque se observó una tendencia en la que los estilos de crianza autoritativos se asociaron con mejores niveles de logro, la relación entre ambas variables no resultó estadísticamente significativa en esta muestra. Este estudio subraya la complejidad de los factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes y la necesidad de seguir explorando otras variables que puedan tener un impacto relevante.

La investigación de Segura (2021) intitulada “Estilos de crianza e inteligencia emocional en adolescentes de una institución educativa privada del nivel secundario Lambayeque”, se enfocó en determinar la relación entre los estilos de crianza y la inteligencia emocional en adolescentes de la ciudad de Lambayeque, durante el año 2019. Este estudio, de carácter descriptivo y enfoque cuantitativo, adoptó un diseño transversal y correlacional.

Los instrumentos utilizados para la recolección de datos fueron el Inventario de Inteligencia Emocional Bar-On ICE para evaluar la inteligencia emocional y la Escala de Estilos de Crianza de Steinberg para identificar los estilos de crianza. La muestra estuvo constituida por 84 adolescentes de una institución privada de Lambayeque.

Los resultados revelaron que el 13.1% de los adolescentes presentaban un estilo de crianza democrático, el 31.0% un estilo autoritario, el 32.1% un estilo negligente, el 16.7% un estilo permisivo y el 7.1% un estilo de crianza mixto. En cuanto a la inteligencia emocional, se encontró que el 20.2% de los adolescentes poseían una baja inteligencia emocional, el 52.4% tenían una inteligencia emocional promedio, y el 27.4% mostraban un buen desarrollo emocional.

La conclusión principal del estudio fue la existencia de una relación significativa entre los estilos de crianza y la inteligencia emocional en los adolescentes de Lambayeque. Este hallazgo subraya la influencia que los diferentes estilos de crianza ejercen sobre el

desarrollo de la inteligencia emocional en los jóvenes, destacando la importancia de adoptar prácticas de crianza que fomenten un desarrollo emocional equilibrado.

En resumen, el estudio de Segura proporciona evidencia valiosa sobre cómo los estilos de crianza impactan la inteligencia emocional de los adolescentes, lo que puede ser útil para orientar intervenciones y políticas educativas que promuevan ambientes familiares más favorables para el desarrollo emocional de los jóvenes.

Granda (2023) llevó a cabo una investigación intitulada “Estilos de crianza saludables y su influencia en las habilidades socioemocionales de los niños y adolescentes” con el objetivo de identificar cómo los diferentes estilos de crianza influyen en las habilidades socioemocionales de niños y adolescentes, con un enfoque particular en la promoción de la salud mental y la prevención de la violencia. Utilizando un enfoque cualitativo, realizó una revisión sistemática de 527 artículos, de los cuales seleccionaron 10 para un análisis profundo.

Los resultados del estudio revelan que los estilos de crianza permisivo y autoritario están asociados con comportamientos antisociales y una menor calidad de vida en niños y adolescentes. Además, las necesidades socioeducativas de los jóvenes se ven significativamente afectadas por el estilo de crianza adoptado por los cuidadores, subrayando la importancia de la conciencia parental sobre las consecuencias de sus métodos de crianza.

En contraste, el estilo de crianza democrático se destaca como una herramienta eficaz para la prevención de la violencia, gracias a su enfoque en la comunicación y la explicación de reglas y normas, en lugar de su imposición. Este estilo promueve la regulación emocional, permitiendo a los niños expresar sus sentimientos y comprender las normas sociales de manera que no se perciban como imposiciones, sino como guías para una convivencia armoniosa.

El estudio también subraya que una crianza adecuada en las etapas iniciales del desarrollo humano favorece un apego seguro, mejor autoestima, y relaciones interpersonales estables. Durante la adolescencia, esta crianza se traduce en una mejor

regulación de conductas conflictivas y una mayor comprensión y aceptación de las normas sociales.

De manera general, Granda evidencia que los estilos de crianza tienen un impacto profundo en el desarrollo socioemocional de los niños y adolescentes. El estilo de crianza democrático, en particular, emerge como el más beneficioso para fomentar un desarrollo emocional y social saludable, preparando a los jóvenes para una vida adulta plena y satisfactoria. Este estilo no solo reduce las conductas conflictivas, sino que también fortalece la comunicación y el razonamiento, contribuyendo a un funcionamiento óptimo en la edad adulta.

Huamán (2023) realizó una investigación para determinar la relación entre los estilos de crianza y la inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa “Juan Pablo Vizcardo y Guzmán Zea”. Este estudio utilizó un diseño no experimental, descriptivo correlacional y transversal, evaluando una muestra de 169 estudiantes entre 11 y 16 años mediante el Inventario de Inteligencia Emocional de Bar On Ice NA y la Escala de Estilos Parentales de Steinberg.

Los hallazgos revelaron una relación directa, positiva pero débil, entre los estilos de crianza y la inteligencia emocional, según el coeficiente de Spearman. Esto indica que las prácticas parentales influyen en el comportamiento emocional de los hijos, aunque no de manera fuerte. Se encontró que el estilo de crianza autoritativo es el más prevalente y favorable para el desarrollo de habilidades emocionales, en comparación con los estilos autoritarios y negligentes.

El estudio también mostró que los adolescentes con padres autoritativos presentan un mejor manejo emocional y habilidades de afrontamiento en situaciones estresantes. Las dimensiones de inteligencia emocional como interpersonal, adaptabilidad y manejo de estrés mostraron relaciones positivas con los estilos de crianza, mientras que las dimensiones intrapersonales e impresión positiva mostraron relaciones inversas.

Además, se observó una mayor prevalencia de padres autoritativos entre las madres, mientras que los padres tendían a ser más autoritarios. Los estudiantes en la

adolescencia temprana demostraron un mejor manejo emocional que aquellos en la adolescencia intermedia.

La investigación concluye que el estilo de crianza democrático es el más eficaz para el desarrollo emocional saludable, ya que equilibra la disciplina y la comunicación, permitiendo a los adolescentes ser más competentes emocionalmente y mejor adaptados a su entorno.

Ambos estudios resaltan la importancia de los estilos de crianza en el desarrollo socioemocional de los adolescentes, subrayando que el estilo democrático y autoritativo son los más beneficiosos para fomentar un bienestar emocional y social adecuado.

Gómez (2023) desarrolló una monografía intitulada “La influencia de los estilos de crianza en la regulación emocional de niños y adolescentes”, con el propósito de proporcionar información confiable y actualizada sobre la influencia de los estilos de crianza en la regulación emocional de niños y adolescentes.

Su trabajo se basa en un análisis documental exhaustivo de 37 artículos publicados entre 2005 y 2022, abarcando tanto estudios de pregrado como de posgrado. El objetivo principal es destacar la importancia de la etapa de desarrollo emocional en la niñez y adolescencia, no solo para los infantes, sino también para los padres y profesionales involucrados en su cuidado y educación.

La investigación identifica y contextualiza las categorías centrales relacionadas con las pautas de crianza y la regulación emocional, incluyendo el impacto de las condiciones sociofamiliares y el entorno académico. Gómez examina cómo los estilos de crianza afectan el desarrollo emocional y cognitivo, la aparición de trastornos mentales, y las diferencias en los roles paternos y maternos.

El análisis revela que los estilos de crianza tienen una influencia significativa en el desarrollo psico-socio-afectivo de los niños y adolescentes. Se destaca el papel positivo del estilo de crianza democrático, que se asocia con mejores resultados en la regulación emocional, rendimiento académico y relaciones interpersonales.

En contraste, las condiciones familiares nocivas y los estilos de crianza menos efectivos, como los estilos negligente y permisivo, están vinculados a problemas académicos como la deserción escolar, bajas calificaciones y repitencia, además de un mayor riesgo de trastornos mentales como depresión y ansiedad.

Gómez concluye que, aunque existen discrepancias en la terminología utilizada para describir los estilos de crianza, el contenido y los efectos son consistentemente similares. Su análisis reafirma que el estilo democrático es el único que ofrece consecuencias positivas sostenibles en el rendimiento académico y el desarrollo psicosocial de niños y adolescentes.

Este enfoque fomenta un entorno propicio para el crecimiento integral y saludable, subrayando la necesidad de promover prácticas de crianza basadas en el respeto, la comunicación y el apoyo emocional.

La investigación “Estilos de crianza y regulación emocional en estudiantes de sexto y séptimo de básica de una institución educativa, Guayaquil 2023” de Cedeño (2023) se centró en determinar la relación entre los estilos de crianza y la regulación emocional en estudiantes de sexto y séptimo grado de una institución educativa en Guayaquil.

Este estudio, de diseño no experimental y de tipo correlacional, involucró una muestra de 139 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 10 y 11 años, pertenecientes a una institución pública. Se utilizó una ficha sociodemográfica para recopilar información del contexto familiar y el Inventario de Conducta Parental validado en la población ecuatoriana. Además, se adaptó un instrumento específico para medir la regulación emocional de los estudiantes.

Los resultados mostraron que el estilo de crianza autoritativo tiene una relación positiva significativa con la regulación emocional de los niños ($p<.05$), lo que implica que los niños cuyos padres practican este estilo de crianza tienden a tener una mejor capacidad para gestionar sus emociones. En contraste, el estilo autoritario y el negligente mostraron una relación negativa significativa con la regulación emocional ($p<.05$), indicando que estos estilos de crianza dificultan el desarrollo de habilidades emocionales en los niños.

La investigación concluye que es esencial implementar programas que promuevan estilos de crianza que favorezcan el desarrollo emocional infantil, así como proporcionar

apoyo y acompañamiento especializado en el contexto educativo. Estos programas podrían ayudar a mejorar la regulación emocional de los estudiantes, contribuyendo a su bienestar general y éxito académico.

Este estudio refuerza la importancia de los estilos de crianza adecuados en la formación emocional de los niños y destaca la necesidad de intervenciones educativas y familiares para optimizar el desarrollo socioemocional en la infancia.

En conjunto, estos estudios internacionales resaltan la influencia crítica de los estilos de crianza en el desarrollo emocional y socioemocional de los adolescentes, subrayando la necesidad de promover prácticas parentales saludables para garantizar un bienestar integral en los jóvenes.

Estudios Nacionales Relacionados con las Variables

A nivel nacional, se denota una escasa investigación sobre los temas abordados, especialmente considerando las diferentes variables relacionadas entre sí, como los estilos de crianza, la autorregulación emocional, la inteligencia emocional, los entornos familiares y los adolescentes. Esta falta de estudios genera una brecha significativa en la comprensión integral de cómo estos factores interactúan y afectan el desarrollo de los jóvenes en Nicaragua.

La investigación “Incidencia de los cambios emocionales en el contexto educativo de los estudiantes adolescentes de octavo grado “A” secundaria regular, centro escolar Guardabarranco, Llanos Nº 1, Pueblo Nuevo, Estelí, II semestre 2021” de Hoyes et al. (2021) se centra en determinar la incidencia de los cambios emocionales en el contexto educativo de los estudiantes adolescentes de octavo grado "A" de secundaria regular del Centro Escolar Guardabarranco en Llanos N.º 1, Pueblo Nuevo, Estelí, durante el segundo semestre de 2021.

Este estudio cualitativo y de corte transversal busca observar y analizar los problemas emocionales que presentan los adolescentes y sus efectos en los ámbitos personal, social y académico, con el fin de generar nuevos conocimientos y proponer soluciones educativas.

Para llevar a cabo la investigación, se emplearon métodos cualitativos, incluyendo observación, grupos focales y entrevistas para la recolección de datos. Esta metodología permitió a los investigadores explorar de manera profunda los problemas emocionales de los adolescentes en su contexto educativo y social.

A través de estos métodos, se identificó que los adolescentes experimentan cambios emocionales significativos, especialmente en el contexto social. Estos cambios se manifiestan a través de roces con otros individuos y una creciente preocupación por la apariencia física. Los adolescentes se enfocan más en su comportamiento, modales y aspectos estéticos como la manera de vestir. Además, los problemas emocionales están estrechamente asociados con problemas educativos.

Entre los problemas escolares más destacados durante la adolescencia, se encuentran aquellos que son consecuencia de una combinación de factores emocionales y sociales, incluyendo rebeldía y necesidad de independencia, ansiedad y depresión, abuso de sustancias, conflictos familiares y problemas de comportamiento.

Estos problemas emocionales pueden traducirse en dificultades escolares como el miedo a asistir a la escuela, absentismo sin autorización, abandono escolar y bajo rendimiento académico. La escuela, al ser una parte fundamental de la vida del adolescente, refleja las dificultades en otras áreas de su vida.

La investigación concluye que los cambios emocionales durante la adolescencia son evidentes y se manifiestan a través de preocupaciones por la apariencia física y el comportamiento social. Los problemas emocionales tienen un impacto directo en el contexto educativo, afectando la asistencia, el rendimiento y el interés en la escuela.

Para abordar estos desafíos, se propone un conjunto de técnicas metodológicas que faciliten el desarrollo emocional de los adolescentes. Estas técnicas están diseñadas para incrementar el interés y la participación en las clases, ayudando a los estudiantes a mejorar su bienestar social, físico y emocional.

Además, la investigación sugiere que una comprensión profunda de los cambios emocionales y su impacto en el contexto educativo es crucial para desarrollar intervenciones efectivas.

Las técnicas metodológicas propuestas pueden ser un recurso valioso para los educadores, permitiéndoles apoyar mejor a los adolescentes en su desarrollo emocional y académico. Es importante considerar la interacción entre los problemas emocionales y los problemas escolares, teniendo en cuenta las influencias de factores familiares y sociales.

En resumen, el estudio destaca la importancia de abordar los cambios emocionales en los adolescentes de manera integral, comprendiendo su impacto en el contexto educativo y proponiendo estrategias para mejorar su bienestar general. Al entender y mitigar estos problemas, se puede contribuir significativamente al desarrollo saludable y equilibrado de los adolescentes en su entorno educativo.

La investigación “estilos parentales educativos y competencias sociales de los adolescentes de noveno a undécimo grado del "Instituto dr. Marcos Antonio Mendieta Rojas, CEPAD-León" marzo - diciembre 2019” realizada por García y González (2021) tiene como objetivo principal determinar la relación entre los estilos parentales educativos y la competencia social en adolescentes de noveno a undécimo grado del Instituto Dr. Marcos Antonio Mendieta Rojas, CEPAD-León, durante el período de marzo a diciembre de 2019.

Para alcanzar los objetivos propuestos, se llevó a cabo un estudio descriptivo de corte transversal, tomando como muestra a 55 estudiantes de ambos sexos, entre 14 y 16 años. Para el análisis de los datos se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 24.

Los resultados obtenidos relevantes, arrojan que, en primer lugar, en cuanto a los estilos parentales, la mayoría de los adolescentes perciben los estilos de crianza de sus padres como democráticos, caracterizados por una buena comunicación y la promoción de la autonomía. Además, dimensiones como afecto, control conductual, revelación y humor se presentaron en niveles altos. Sin embargo, el control psicológico se encontró en un nivel medio, lo que indica que los padres utilizan con cierta frecuencia estrategias manipuladoras como el chantaje emocional.

En segundo lugar, respecto a la competencia social, tanto en los factores de actitud social como en pensamiento social, los adolescentes se encontraron en un nivel medio. La actitud social se evaluó en factores prosocial, antisocial y asocial, mostrando una combinación de comportamientos en los adolescentes. Por otro lado, el pensamiento social

se evaluó en factores cognitivo, percepción social y estrategias de resolución de problemas, también presentándose en niveles medios.

Finalmente, no se encontró una relación significativa entre los estilos parentales educativos y la competencia social según el estadístico de chi cuadrado de Pearson. Esto sugiere que la competencia social y los estilos parentales pueden estar influenciados por otras variables, como el entorno cultural y social.

Los resultados reflejan que, aunque los estilos parentales democráticos predominan y se asocian con altos niveles de autonomía, afecto y comunicación, esto no necesariamente se traduce en una alta competencia social en los adolescentes. Esto puede deberse a factores contextuales y culturales que afectan tanto los estilos parentales como el desarrollo de habilidades sociales.

Es importante mencionar que investigaciones previas han mostrado que un estilo parental democrático, que combina afecto y autoridad, promueve el desarrollo social y personal óptimo en los adolescentes.

Sin embargo, en el contexto específico de esta investigación, no se encontró una correlación significativa. Es relevante destacar que la principal limitación del estudio fue la falta de investigaciones previas relacionadas con ambas variables en el contexto nacional e internacional, lo que dificultó la discusión y comparación de los resultados.

En síntesis, el estudio sugiere que los estilos parentales y las competencias sociales son complejos y multifacéticos, influenciados por una variedad de factores contextuales. Aunque el estilo democrático es percibido como predominante y beneficioso, su relación directa con la competencia social no se evidenció de manera significativa en este contexto específico. Esto subraya la necesidad de considerar las influencias culturales y contextuales al evaluar las prácticas parentales y el desarrollo de competencias sociales.

En la investigación “Los modelos de crianza y su incidencia en el comportamiento de los estudiantes de 7mo grado en el colegio Metodista Libre II, semestre del 2020” realizada por Martínez et al. (2021), se examina la incidencia de los modelos de crianza en el comportamiento de los estudiantes de séptimo grado del Colegio Metodista Libre en el año 2020, ubicado en el barrio René Polanco del distrito V de Managua.

Se subraya la importancia de estudiar el entorno en el que los estudiantes interactúan y cómo se sienten y actúan en las aulas para identificar el comportamiento predominante de cada estudiante. La familia, según los autores, desempeña un papel crucial en la socialización, transmitiendo componentes esenciales como costumbres, tradiciones y valores que influyen en el comportamiento de los adolescentes.

El estudio adopta un enfoque cualitativo y descriptivo, utilizando la encuesta y la entrevista en profundidad como instrumentos para recolectar información. Este enfoque permitió establecer una estrecha relación entre los participantes y obtener datos relevantes sobre los modelos de crianza aplicados por los padres.

Los resultados indican que los modelos de crianza predominantes entre los estudiantes del Colegio Metodista Libre son el autoritario y el permisivo. Estos modelos tienen un impacto significativo en los comportamientos inadecuados que los estudiantes presentan en las aulas, afectando su interacción con compañeros y docentes. En particular, el modelo autoritario y permisivo se asocia con comportamientos impulsivos, agresivos e irrespetuosos hacia las figuras de autoridad.

El estudio también revela que las condiciones socioeconómicas de las familias, que varían entre precarias y acomodadas, influyen en los modelos de crianza empleados. Las entrevistas en profundidad a los estudiantes muestran que las familias tienden a imponer reglas y normas, aunque el modelo permisivo permite una mayor autonomía, a menudo resultando en la ausencia de autoridad en el hogar. En contraste, el modelo autoritario genera inseguridad en los adolescentes, dificultando su desarrollo social.

En el contexto del barrio René Polanco del distrito V de Managua, se destaca la importancia de la educación en la niñez como un proceso crucial de socialización. La familia y la escuela juegan roles complementarios en el desarrollo de valores y responsabilidades en los niños, preparando un terreno fértil para su crecimiento personal y social.

El estudio concluye que los comportamientos observados en el centro educativo son una consecuencia directa de los modelos de crianza aplicados en el hogar. Los padres del Colegio Metodista Libre, en su mayoría, prefieren los modelos autoritario y permisivo, influenciados por sus propias experiencias y creencias sobre la educación adecuada. Sin

embargo, estos modelos no siempre favorecen el desarrollo integral de los adolescentes, sugiriendo la necesidad de considerar alternativas como el modelo democrático, que no es ampliamente practicado.

La investigación destaca la necesidad de comprender cómo los diferentes modelos de crianza afectan el comportamiento de los adolescentes en el entorno educativo. Al hacerlo, se puede promover un enfoque más equilibrado y efectivo en la educación y desarrollo de los jóvenes, considerando tanto las influencias familiares como las escolares.

De manera general, los tres estudios presentan un enfoque en la relación entre el contexto familiar y el desarrollo emocional, social y académico de los adolescentes en Nicaragua.

En primer lugar, el estudio de Hoyes et al. (2021) se enfoca en los cambios emocionales y cómo estos afectan el rendimiento y la participación escolar, sugiriendo la importancia de intervenciones educativas que aborden estos problemas emocionales.

En segundo lugar, García y González (2021) examinan la relación entre estilos parentales y competencia social, encontrando que aunque los estilos democráticos son predominantes, no necesariamente se traducen en alta competencia social, destacando la influencia de factores culturales y contextuales.

Por último, Martínez et al. (2021) analizan la incidencia de los modelos de crianza en el comportamiento de los estudiantes, identificando una prevalencia de los modelos autoritario y permisivo y sus efectos negativos en el comportamiento escolar, sugiriendo la necesidad de considerar alternativas como el modelo democrático.

En conjunto, los tres estudios destacan la importancia de la familia en el desarrollo emocional y social de los adolescentes y cómo estos aspectos se reflejan en su desempeño académico. Todos subrayan la necesidad de intervenciones y estrategias que consideren tanto el contexto familiar como el escolar para promover un desarrollo integral y equilibrado de los adolescentes.

Marco Conceptual

El presente marco conceptual se desarrolla con el objetivo de definir y analizar los conceptos clave que sustentan la investigación sobre la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los adolescentes. Cada concepto seleccionado es esencial para comprender la dinámica entre los estilos parentales y el desarrollo emocional de los adolescentes, abordando sus implicaciones teóricas y prácticas.

Al finalizar de este apartado, se espera que el lector tenga una comprensión clara de los conceptos y teorías que guían esta investigación, lo que facilitará una interpretación más profunda y fundamentada de los hallazgos y su relevancia en el contexto del desarrollo emocional adolescente.

Crianza

Fornós Barreras (2001, como se citó en Rafael y Castañeda, 2021) concibe la crianza como un proceso continuo que requiere un esfuerzo físico y emocional considerable por parte de los padres o tutores. Este proceso varía según la personalidad, hábitos, contexto cultural y la historia emocional de los progenitores, influenciada por su propia infancia.

Desde una perspectiva psicológica, la crianza no solo se refiere a satisfacer necesidades básicas, sino también a proporcionar un entorno emocional que permita el desarrollo saludable de la autorregulación emocional.

Velasquez (2020) subraya que los padres son los principales transmisores de principios, conocimientos, valores, actitudes y hábitos, desempeñando un papel fundamental en la educación de la siguiente generación. La función de la crianza abarca dimensiones biológicas, educativas, sociales, económicas y de apoyo psicológico.

En síntesis, la crianza es un proceso dinámico y adaptativo, esencial para el desarrollo integral de los niños, que requiere un enfoque holístico desde el cuidado básico hasta la formación emocional y social. La eficacia de la crianza se ve influenciada por múltiples factores, incluyendo los estilos de crianza y las interacciones diarias entre padres e hijos.

Estilos de Crianza

Los estilos de crianza son los patrones de comportamiento y actitudes que los padres emplean en su relación con los hijos. Estos estilos influyen directamente en la forma en que los niños desarrollan habilidades emocionales y sociales (Rafael y Castañeda, 2021). La tipología clásica de Baumrind (1967, como se citó en Huamán, 2023) clasifica los estilos de crianza en cuatro categorías: autoritativo, autoritario, permisivo y negligente. Estos estilos se definen por la combinación de control parental y afecto, y tienen un impacto significativo en la capacidad de los adolescentes para regular sus emociones.

El concepto de estilo de crianza engloba los patrones de conducta parental que influyen en el desarrollo emocional y social de los niños dentro del ámbito familiar, el cual constituye el primer y más significativo espacio de socialización para los pequeños (Huamán, 2023).

Estilos de Crianza según Steinberg

Steinberg (1993, como se citó en Segura, 2021) aportó una comprensión más integral de los estilos de crianza, considerando no solo las acciones directas de los padres, sino también las actitudes emocionales y las señales comunicativas que influyen en el desarrollo de los hijos. Steinberg destacó que la interacción emocional y la calidad del vínculo afectivo entre padres e hijos es tan importante como las reglas que se imponen en el hogar.

Las señales no verbales, como el tono de voz y la expresión emocional, juegan un papel crucial en la creación de un ambiente que puede ser favorable o desfavorable para el bienestar emocional de los hijos (Segura, 2021).

Este enfoque subraya la complejidad del proceso de crianza, en el que la comunicación emocional explícita e implícita influye directamente en la formación de las competencias emocionales de los adolescentes.

Dimensiones de los Estilos de Crianza

Darling y Steinberg (1993, como se citó en Velasquez, 2020) describen el conjunto de componentes esenciales vinculados a los estilos parentales, divididos en tres dimensiones:

- El compromiso se refiere al interés y la importancia que los padres muestran hacia sus hijos, manifestado a través de la comunicación, el afecto y la comprensión. Implica una crianza basada en el razonamiento y la expresión emocional adecuada, lo que fortalece los vínculos familiares y promueve el desarrollo adaptativo del niño desde la infancia.
- El control conductual se relaciona con la autoridad parental y la imposición de normas y límites en el comportamiento de los hijos. Este aspecto puede manifestarse de manera restrictiva y autoritaria, con el uso de técnicas de castigo y un estilo autocrático. Sin embargo, un enfoque más equilibrado implica establecer reglas claras y consistentes, fomentando la obediencia y el respeto mutuo.
- La autonomía psicológica se refiere al grado en que los hijos pueden tomar decisiones y desarrollar su identidad de manera independiente. Esto se logra cuando los padres fomentan la expresión de opiniones e intereses de los hijos, respetando su individualidad y promoviendo la toma de decisiones autónoma.

Tipos de Estilos de Crianza

A partir de la combinación de estas tres dimensiones, Steinberg desarrolló una clasificación detallada de los estilos de crianza, identificando cinco tipos principales: autoritario, autoritativo o democrático, permisivo, negligente y mixto (Bedoya, 2023).

Cada uno de estos estilos representa un enfoque distinto en el manejo de la autoridad, el afecto y el fomento de la autonomía en los hijos, y proporciona un marco para entender cómo las prácticas parentales influyen en el desarrollo y bienestar de los niños y adolescentes.

Estilo Autoritario. El estilo autoritario se define por una alta demanda y control, pero con una baja manifestación afectiva (Huamán, 2023). Los padres autoritarios valoran la obediencia y la conformidad a sus normas estrictas, utilizando el castigo como medio principal para controlar el comportamiento. Esta rigidez puede limitar la autonomía y la capacidad de los niños para desarrollarse de manera independiente.

Este estilo se centra en inculcar valores de orden y disciplina, pero puede tener repercusiones negativas en la socialización de los hijos, como la falta de autonomía personal y creatividad (Gómez 2023).

Estilo Democrático. El estilo democrático combina altos niveles de respuesta afectiva y control, buscando un equilibrio entre ambos (Huamán, 2023). Los padres democráticos guían a sus hijos mediante el razonamiento, fomentando la autonomía, la disciplina y el autocontrol.

Este estilo fomenta la participación activa de los hijos en la toma de decisiones, valorando sus opiniones y perspectivas. Al regular las acciones de los niños mediante roles definidos y conductas maduras, se promueve el respeto, el razonamiento y la participación democrática en el núcleo familiar (Gómez, 2023).

Estilo Permisivo. El estilo permisivo se caracteriza por una alta respuesta afectiva, pero con escaso control y firmeza (Huamán, 2023). Los padres permisivos priorizan la aceptación y la satisfacción de los deseos de sus hijos sobre la imposición de normas y expectativas. Este enfoque puede llevar a la ausencia de reglas consistentes y sanciones, resultando en una falta de disciplina y autocontrol en los niños.

Los cuidadores permisivos fomentan la autonomía del niño mientras no represente un peligro, evitando la autoridad directa y el control excesivo. Sin embargo, esta falta de estructura puede generar dificultades para establecer límites claros, lo que podría resultar en comportamientos dependientes y problemas de autocontrol (Gómez 2023).

Estilo Negligente. El estilo negligente se caracteriza por bajos niveles de afectividad y control (Huamán, 2023). Los padres negligentes muestran poco compromiso con sus responsabilidades parentales, priorizando sus propias necesidades e intereses sobre los de sus hijos.

Esta falta de involucramiento puede llevar a comportamientos destructivos y delictivos en los niños debido al desinterés y la falta de guía de los padres. Estos padres no logran involucrarse responsablemente con las necesidades y demandas de sus hijos, careciendo de normas y mostrando poco afecto (Gómez 2023).

Estilo Mixto. El estilo mixto combina elementos de los otros estilos de crianza, resultando en una falta de consistencia y coherencia en la práctica parental (Huamán, 2023). Los padres que adoptan este enfoque pueden generar confusión en sus hijos debido a la variabilidad de sus respuestas y expectativas, lo que puede llevar a comportamientos inestables e impredecibles en los niños.

De manera general, estos estilos de crianza tienen un impacto significativo en cómo los niños manejan sus emociones, interactúan socialmente y se adaptan a diferentes situaciones. Comprender estos patrones parentales es crucial para entender cómo moldean el bienestar y desarrollo de los hijos a lo largo del tiempo.

Crianza Respetuosa

La crianza respetuosa es un enfoque emergente en el ámbito de la educación y la psicología que considera al niño como un ser con los mismos derechos que un adulto, promoviendo una relación basada en el amor, el respeto mutuo y la imposición de límites no punitivos.

Manzo y Cordón (2024) plantean que la crianza respetuosa no consiste en seguir un conjunto de reglas específicas ni en cumplir con un esquema que determine qué padres son "buenos" o "malos". Cada familia adopta su propio estilo de crianza, ya que esta se entiende como una forma de vida basada en principios como el amor incondicional, la empatía, la igualdad y el respeto hacia los niños.

Este enfoque promueve una actitud empática frente a las necesidades infantiles, buscando comprender sus emociones y responder a ellas de manera acorde a su etapa de desarrollo. La crianza respetuosa se centra en educar desde el respeto, el amor y la igualdad, dejando de lado prácticas como la represión, las amenazas, el chantaje con recompensas, la humillación, el ignorar a los niños o el uso de etiquetas.

Gonzáles y Sáenz (2020) proponen que la crianza respetuosa se alinea estrechamente con los principios de la disciplina positiva, un modelo que prioriza el aprendizaje de habilidades para la vida mediante actitudes constructivas.

En este contexto, los cuidadores desempeñan un papel de guía y apoyo, utilizando herramientas como la empatía, la reflexión y el contacto afectivo para orientar el desarrollo del niño sin recurrir a métodos de control basados en el miedo o la vergüenza.

En lugar de aplicar castigos, la crianza respetuosa permite que el niño aprenda a través de la reflexión y la comprensión de las consecuencias naturales de sus actos, dentro de un ambiente que promueve su autonomía y seguridad.

Gonzáles y Sáenz (2020) subrayan que la crianza respetuosa, al fomentar la reflexión y el respeto, contribuye a establecer una relación familiar sólida, en la que el niño se siente valorado y respetado.

Espinel y Gil (2024) amplían esta perspectiva al destacar la importancia de comprender las actitudes de los padres y cuidadores hacia la crianza respetuosa. Los autores sugieren que las creencias, emociones y conocimientos de los padres influyen significativamente en la elección de prácticas parentales, y que estas actitudes son determinantes al momento de optar por un enfoque de crianza más respetuoso y empático.

Según Espinel y Gil (2024), muchas familias eligen su estilo de crianza basándose en experiencias personales y valores culturales, los cuales moldean su percepción sobre el rol de la autoridad y el respeto dentro del hogar.

Los autores señalan que una comprensión profunda de estas actitudes puede facilitar la transición hacia un modelo de crianza respetuosa, en el que los padres son conscientes de la importancia de responder a las necesidades emocionales de sus hijos y fomentar un ambiente de respeto mutuo. Al basarse en principios de respeto y comprensión, permite a los cuidadores construir una relación sólida y afectiva con sus hijos, contribuyendo a su bienestar emocional y social a largo plazo.

La crianza respetuosa plantea un enfoque humanizado y empático en el proceso de educación y acompañamiento de los niños. A través de la promoción de valores como el

amor, la empatía y la autonomía, este modelo busca crear un ambiente en el que los niños puedan desarrollarse de manera plena, fortaleciendo su autoestima y capacidad para relacionarse de manera saludable con los demás.

Familia

La familia es el primer contexto social donde los niños desarrollan sus habilidades emocionales y sociales, y los estilos de crianza desempeñan un papel crucial en la regulación emocional de los adolescentes.

Martinez et al. (2021), consideran a la familia como un sistema social complejo compuesto por subsistemas interrelacionados, cuyo equilibrio es esencial para la salud psicológica de sus miembros. Además García y González (2021) señalan que la familia regula las relaciones entre sus integrantes, influyendo tanto en la solidaridad como en el conflicto, según el estilo de autoridad predominante.

Bedoya et al. (2020) subrayan la naturaleza multifacética de la familia, destacando que puede analizarse desde diversas dimensiones, como las biológicas, sociales y culturales. Según estos autores, este enfoque integral es crucial para comprender su evolución y adaptación a los cambios sociales, como la mayor participación de los padres y redes de apoyo en la crianza compartida.

En resumen, la familia es un sistema dinámico cuya estructura y funciones influyen profundamente en el desarrollo individual y social.

Límites

Según el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021), los límites y las normas tienen como objetivo guiar el desarrollo saludable de niños, niñas y adolescentes. Estas reglas organizan su entorno, promueven el aprendizaje, fomentan la convivencia positiva y proporcionan un marco de seguridad que les permite tomar decisiones y explorar de manera segura. Los límites y normas se fundamentan en razones claras y deben explicarse de manera comprensible cuando sea necesario.

Para ser efectivos, los límites y las normas deben ser simples y estables, evitando cambios constantes basados en el estado de ánimo de los cuidadores. En lugar de eso,

deben basarse en razones subyacentes sólidas que los justifiquen. Esta estabilidad proporciona un entorno predecible y seguro para los niños, lo que facilita su desarrollo y bienestar (UNICEF, 2021).

Emociones

Las emociones juegan un papel fundamental en la autorregulación emocional, especialmente durante la adolescencia, una etapa caracterizada por la intensificación y fluctuación emocional. El manejo adecuado de las emociones, influenciado por los estilos de crianza, es esencial para que los adolescentes desarrollen la capacidad de regular sus emociones de manera saludable (Ruesta, 2020).

Según Andrade (2023), las emociones son respuestas subjetivas y naturales que influyen en la toma de decisiones y el comportamiento, destacando la importancia de gestionarlas adecuadamente para mantener un equilibrio emocional. Además, las emociones están profundamente conectadas a factores culturales y personales, lo que implica que su expresión y manejo varían según el contexto de vida de cada individuo (Andrade, 2023).

Este enfoque subraya la importancia de la educación emocional y la autoconciencia para el desarrollo personal y el bienestar general, ya que las emociones, al combinar aspectos biológicos, psicológicos y sociales, proporcionan una base esencial para la toma de decisiones y la interacción efectiva con el entorno.

Las emociones, esenciales para la supervivencia, pueden resultar perjudiciales cuando son inapropiadas, lo que subraya la importancia de la regulación emocional. Esta se define como la capacidad de disminuir las emociones negativas y aumentar las emociones positivas, facilitando la gestión de los altibajos emocionales y contribuyendo al bienestar físico y mental (Moreno L. y Moreno J., 2023).

Autorregulación Emocional

La autorregulación emocional es un constructo complejo y esencial en el desarrollo humano, evolucionando significativamente a lo largo del tiempo (Ruesta, 2020). Constituye

un proceso esencial en la gestión de las emociones, permitiendo a los individuos controlar y regular sus respuestas emocionales de manera consciente y adaptativa.

Desde una perspectiva psicológica, se enfatiza la importancia de modificar la manera en que se experimentan las emociones para alcanzar un ajuste emocional efectivo, en lugar de simplemente reprimir su expresión (Andrade, 2023).

Este proceso implica la capacidad de ajustar y regular las emociones según las exigencias del entorno, así como las normas culturales y sociales, aspectos que contribuyen significativamente al bienestar psicológico, al manejo del estrés y a las habilidades en las relaciones interpersonales (Gómez, 2023).

En este sentido, la autorregulación emocional se refiere a la capacidad de una persona para controlar sus emociones y comportamiento de acuerdo con las necesidades del entorno y la aceptación cultural y social (Andrade, 2023).

La autorregulación emocional es un proceso dinámico que no siempre ocurre de manera consciente, involucrando la modulación de la experiencia emocional, tanto placentera como desagradable. En este proceso, las personas pueden emplear diversas estrategias adaptativas para alcanzar metas personales o sociales, las cuales varían según el contexto en el que se encuentren (Ruesta, 2020).

En esta investigación, se analiza cómo los estilos de crianza influyen en la capacidad de los adolescentes para regular sus emociones, considerando que una adecuada autorregulación es fundamental para el bienestar emocional y el éxito académico y social.

Autorregulación Emocional según Gross

James Gross (2015, como se citó en Ruesta, 2020) desarrolló un modelo integral que describe cómo las personas gestionan y modifican sus emociones a través de procesos específicos. Este modelo establece que la autorregulación emocional sigue un ciclo de percepción, evaluación y acción, en el que las emociones son evaluadas en función de su relevancia para las metas personales, y luego se implementan estrategias para ajustar esas evaluaciones y las respuestas emocionales asociadas.

Gross refiere que en el proceso de regulación emocional implica tres etapas fundamentales: la identificación, la selección y la implementación de estrategias. Estas etapas permiten a los individuos primero reconocer sus emociones, luego elegir la estrategia más adecuada para gestionarlas, y finalmente implementarla de manera efectiva (Nava, 2021).

Este modelo también hace una importante distinción entre los sistemas de valoración de primer y segundo nivel. En el primer nivel, las emociones se generan como una respuesta automática a la evaluación de la relevancia de una situación respecto a las metas personales. En el segundo nivel, se activan estrategias específicas que permiten modificar estas valoraciones y, por lo tanto, regular las emociones de una manera más consciente y controlada (Ruesta, 2020).

En el contexto de la autorregulación, se destacan dos técnicas fundamentales que permiten manejar las emociones de manera efectiva: la reevaluación cognitiva y la supresión emocional.

Reevaluación Cognitiva

La reevaluación cognitiva es una técnica central de autorregulación emocional, que implica reinterpretar conscientemente una situación emocional para cambiar su impacto. Esta técnica permite a las personas modificar la forma en que perciben una emoción, lo que facilita respuestas más adaptativas.

Según Gross (2015, como se citó en Espinoza y Cervantes, 2021), la reevaluación cognitiva es especialmente efectiva para reducir la intensidad emocional y mejorar el manejo emocional, ya que aborda directamente el origen de la emoción.

Supresión Emocional

La supresión emocional, en contraste, se refiere a la inhibición de la expresión externa de una emoción. Esta técnica puede ser útil en situaciones en las que es necesario controlar las reacciones emocionales visibles, pero su uso prolongado puede tener efectos negativos en el bienestar emocional.

La supresión emocional no modifica la emoción en sí, sino que solo controla su expresión, lo que puede generar consecuencias negativas a largo plazo, especialmente en adolescentes que son criados en entornos autoritarios (Andrade, 2023).

Estrategias de Autorregulación Emocional

Nava (2021), basándose en el modelo de regulación emocional de Gross (2015), identificó seis estrategias fundamentales que permiten modificar la experiencia emocional. Estas estrategias proporcionan el marco para implementar las técnicas de reevaluación cognitiva y supresión emocional de manera efectiva:

- Selección de la situación: Esta estrategia implica tomar decisiones sobre a qué situaciones exponerse. Al evitar situaciones que desencadenan emociones negativas o acercarse a aquellas que generan emociones positivas, se controla el impacto emocional desde el inicio.
- Modificación de la situación: Una vez en una situación emocional, las personas pueden ajustar aspectos del entorno para reducir el impacto emocional. Al modificar las circunstancias, se disminuye el estrés emocional o se aumentan los elementos positivos de la experiencia.
- Mantenimiento de emociones: Esta estrategia busca conservar y potenciar emociones positivas como la alegría y el disfrute. Implica realizar actividades que prolonguen el estado de ánimo positivo, aumentar conscientemente el disfrute de experiencias agradables y tomar medidas para mantener el bienestar emocional.
- Cambio cognitivo: Esta estrategia se alinea a la reevaluación cognitiva, ya que implica reinterpretar la situación para reducir su impacto emocional. A través de un cambio de perspectiva, se promueve una respuesta emocional más saludable.
- Evitación: Esta estrategia consiste en prevenir o reducir la aparición de emociones negativas, como el miedo, mediante la evasión de situaciones, estímulos o pensamientos que las desencadenen. Implica alejarse de

contextos emocionales adversos o cambiar el foco de atención para minimizar el impacto emocional.

- Modulación de la respuesta: Esta estrategia se refiere a la modificación de la expresión emocional una vez que ha surgido. Aquí es donde entra en juego la supresión emocional, ya que permite controlar las respuestas visibles de las emociones.

Desarrollo Emocional en la Adolescencia

El desarrollo emocional durante la adolescencia es un proceso complejo y crítico para el bienestar general de los individuos. Papalia (2012) describe la adolescencia como una etapa que ocurre aproximadamente entre los 12 y los 20 años, en la cual los jóvenes experimentan significativos cambios físicos, emocionales, sociales y cognitivos.

Este período es esencial para la búsqueda de identidad y la exploración de nuevas ideas y valores. La capacidad de regulación emocional mejora en esta etapa debido al desarrollo de habilidades cognitivas avanzadas, como el razonamiento abstracto y la autoconciencia emocional, lo que permite a los adolescentes reflexionar más profundamente sobre sus emociones y las de los demás (Gómez, 2023).

Desde una perspectiva neurobiológica, los cambios cerebrales durante la adolescencia juegan un papel crucial en el desarrollo emocional. La corteza prefrontal, que es responsable de la toma de decisiones, el control de impulsos y la planificación, experimenta una maduración significativa durante la adolescencia.

Este desarrollo contribuye a una mayor capacidad para la autorregulación emocional, permitiendo a los adolescentes gestionar mejor las respuestas emocionales (Gómez, 2023). Sin embargo, la inmadurez relativa de esta área cerebral en comparación con otras regiones del cerebro, como el sistema límbico, que es responsable de las respuestas emocionales, puede explicar por qué los adolescentes son más propensos a tomar decisiones impulsivas y a experimentar emociones intensas (Nava, 2021).

La regulación emocional en la adolescencia, por tanto, está marcada por una mayor complejidad cognitiva que incluye la capacidad de pensar en las emociones a largo plazo y la evaluación de cómo los sentimientos afectan las metas personales y las relaciones

sociales. Aunque los adolescentes muestran una mejora en la autorregulación emocional, también pueden enfrentar dificultades debido a la intensidad de las emociones que experimentan, lo que puede llevar a respuestas inadecuadas, como la impulsividad, la ansiedad o la depresión (Andrade, 2023).

Estudios Regionales y Nacionales

Los estudios realizados tanto a nivel nacional como internacional destacan la importancia de los estilos de crianza en el desarrollo emocional de los adolescentes, mostrando cómo estos influyen en su comportamiento, regulación emocional y adaptación social.

En Nicaragua, Martínez et al. (2021) analizaron el impacto de los estilos de crianza en estudiantes de séptimo grado del Colegio Metodista Libre en Managua, encontrando que los estilos autoritario y permisivo predominan en los hogares. Estos estilos están relacionados con comportamientos impulsivos, agresivos e irrespetuosos en los adolescentes, mientras que las condiciones socioeconómicas juegan un papel relevante en la elección del modelo de crianza. Este estudio resalta la necesidad de promover prácticas democráticas que favorezcan el desarrollo integral de los jóvenes.

En la misma línea, Hoyes et al. (2021), en su investigación sobre estudiantes de octavo grado en Estelí, evidenciaron que los cambios emocionales en adolescentes impactan significativamente en su rendimiento académico y relaciones interpersonales. Factores como la ansiedad, la rebeldía y los conflictos familiares se destacaron como elementos que dificultan el bienestar emocional y educativo.

El estudio propone estrategias metodológicas dirigidas a estudiantes y familias para mejorar la gestión emocional y el rendimiento escolar.

Por su parte, García y González (2021), al analizar estudiantes de secundaria en León, concluyeron que el estilo democrático de crianza, caracterizado por la comunicación abierta y el fomento de la autonomía, facilita una mejor adaptación emocional y social. Sin embargo, también identificaron que factores externos como el contexto sociocultural influyen significativamente en los resultados emocionales de los adolescentes.

A nivel internacional, los estudios refuerzan estos hallazgos. En Perú, Segura (2021) y Bedoya (2023) identificaron una relación positiva entre los estilos democráticos de crianza y la inteligencia emocional. Según Segura, este modelo fomenta una convivencia familiar saludable y contribuye a un desarrollo emocional positivo, mientras que Bedoya destacó que los adolescentes en hogares democráticos presentan mejores habilidades de manejo emocional y adaptación social.

De manera similar, en Ecuador, Cedeño (2023) encontró que el estilo democrático está positivamente relacionado con la regulación emocional, mientras que los estilos autoritario y negligente tienen un impacto negativo. Su investigación en estudiantes de sexto y séptimo grado subraya la importancia de implementar programas educativos y familiares que refuercen estilos de crianza saludables para optimizar el desarrollo emocional y académico de los niños.

Por último, Gómez (2023) abordó de manera integral la influencia de los estilos de crianza en la regulación emocional de niños y adolescentes a través de un análisis documental de 37 estudios realizados entre 2005 y 2022.

Este trabajo concluye que el estilo democrático es el único que ofrece resultados positivos sostenibles, promoviendo una mejor regulación emocional, mayor rendimiento académico y relaciones interpersonales más saludables. En contraste, los estilos negligente y permisivo están relacionados con problemas académicos y un mayor riesgo de trastornos emocionales como ansiedad y depresión.

En conjunto, estos estudios resaltan que el estilo de crianza democrático es esencial para el desarrollo emocional saludable de niños y adolescentes, tanto a nivel nacional como internacional. Sin embargo, también muestran que es necesario considerar factores como el contexto sociocultural y familiar. Esto subraya la importancia de desarrollar programas educativos y familiares orientados a fortalecer prácticas de crianza efectivas, con el objetivo de garantizar el bienestar emocional y el éxito académico de los jóvenes.

Marco Metodológico

Este marco metodológico detalla los procedimientos y métodos empleados para comprender la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA durante el segundo semestre del año 2024.

Tipo de Investigación

Este estudio adopta un enfoque cualitativo, siguiendo lo planteado por Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), quienes sostienen que este enfoque es ideal para investigar fenómenos sociales en su contexto natural, captando las experiencias subjetivas de los participantes.

La investigación cualitativa se centra en explorar, describir e interpretar las experiencias de los adolescentes participantes en relación con los estilos de crianza que viven y cómo estos influyen en su autorregulación emocional. Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), el enfoque cualitativo permite reconstruir la realidad desde la perspectiva de los actores sociales, proporcionando un análisis profundo y contextualizado de sus vivencias.

Este enfoque se caracteriza por su flexibilidad, permitiendo ajustes en la metodología a medida que el estudio avanza y se profundiza en las experiencias de los participantes. La lógica inductiva, que parte de los datos particulares para llegar a conclusiones generales, guiará todo el proceso de investigación.

El enfoque cualitativo es especialmente adecuado para esta investigación, ya que capta la manera en que los adolescentes perciben la influencia de los estilos de crianza sobre su capacidad para regular emociones. Además, el proceso metodológico permite que los significados emergentes surjan de las experiencias vividas por los participantes, brindando una visión enriquecida y contextualizada del fenómeno estudiado.

La finalidad de este estudio es aplicada, enfocada en generar conocimientos que puedan ser implementados en intervenciones psicosociales y comunitarias. Los hallazgos de este estudio pretenden no solo enriquecer el marco teórico de la psicología social, sino

también ofrecer orientaciones prácticas para desarrollar estrategias de intervención que promuevan la autorregulación emocional en adolescentes a través de prácticas de crianza respetuosas y conscientes, beneficiando tanto a las familias como a la comunidad educativa en general.

El nivel de profundidad del conocimiento de esta investigación es de tipo descriptiva y exploratoria, caracterizando los estilos de crianza presentes en el entorno familiar y documentando las percepciones de los adolescentes sobre cómo estos estilos impactan en su autorregulación emocional. Al tratarse de un fenómeno con escasa investigación en el contexto nicaragüense, el carácter exploratorio permite identificar patrones y relaciones en el ámbito familiar, lo que resulta fundamental en el campo de la psicología comunitaria para diseñar intervenciones contextualizadas y culturalmente pertinentes.

Este estudio se orienta en una cohorte transversal, con recolección de datos en un único momento durante el segundo semestre de 2024. Esta temporalidad proporciona una "fotografía" del fenómeno, ofreciendo una perspectiva concreta sobre cómo los estilos de crianza afectan la regulación emocional de los adolescentes en un tiempo y contexto específico.

Dentro del enfoque cualitativo, se ha optado por un diseño fenomenológico, el cual permite captar las vivencias subjetivas y los significados que los adolescentes atribuyen a los estilos de crianza experimentados en sus hogares. Este enfoque es especialmente valioso para indagar en cómo los individuos perciben y experimentan fenómenos específicos desde su propia perspectiva, proveyendo así una visión íntima y comprensiva de sus realidades internas.

El diseño fenomenológico permite explorar y describir las percepciones que los adolescentes tienen sobre los estilos de crianza y su influencia en la autorregulación emocional, brindando una visión profunda de sus vivencias personales (Armijo et al., 2021).

Según Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), este diseño se centra en explorar fenómenos en su entorno natural, permitiendo captar la subjetividad de los participantes y las dinámicas sociales que influyen en sus experiencias.

El diseño fenomenológico no se enfoca en la generalización de los hallazgos, sino en obtener una comprensión profunda del fenómeno en estudio, lo que es especialmente relevante para la exploración de la dinámica emocional de los adolescentes en su entorno familiar.

El propósito de este diseño es comprender el fenómeno desde la experiencia vivida por los estudiantes, logrando así una comprensión contextualizada del impacto de los estilos parentales en la gestión emocional de los adolescentes. Este estudio, al no pretender generalizar los resultados sino interpretarlos en su contexto específico, se basa en la recolección y análisis simultáneo de datos mediante un grupo focal.

El objetivo principal de la investigación es explorar y comprender cómo los adolescentes perciben los estilos de crianza y cómo estas prácticas familiares impactan en su autorregulación emocional.

El enfoque cualitativo permite trabajar con las subjetividades y realidades emergentes de los adolescentes, comprendiendo los significados que atribuyen a las prácticas parentales. El estudio adopta una lógica inductiva, permitiendo que las conclusiones emerjan directamente de los datos recolectados. En lugar de partir de hipótesis preconcebidas, se busca descubrir patrones y significados a partir de las narrativas y expresiones de los participantes.

La elección de un enfoque cualitativo y un diseño fenomenológico se justifica por la necesidad de captar las experiencias únicas de los adolescentes en torno a la influencia de los estilos de crianza en su autorregulación emocional, dentro de sus contextos familiares y comunitarios.

Además de aportar una comprensión integral de la dinámica familiar, los resultados orientarán la creación de una propuesta metodológica de acompañamiento para padres, la cual enfatizará la importancia de respetar y valorar las emociones de sus hijos.

Este tipo de estudio, en lugar de buscar generalizar los resultados, procura una interpretación contextualizada que permita el desarrollo de herramientas y estrategias de intervención aplicables en el ámbito comunitario, contribuyendo así al fortalecimiento del bienestar emocional en la comunidad.

Muestra Teórica y Sujetos de Estudio

La población de estudio se compone de estudiantes de séptimo y octavo grado inscritos en la Preparatoria UNICA. Esta población ha sido seleccionada por encontrarse en una etapa crucial de desarrollo emocional, donde la transición entre la infancia y la adolescencia resalta la importancia de las prácticas parentales en la gestión de emociones.

Durante esta etapa, los padres continúan desempeñando un papel significativo en la vida de los adolescentes, lo cual resulta pertinente para el análisis de los estilos de crianza y su influencia en la autorregulación emocional.

La población total consta de 45 estudiantes, distribuidos en 20 mujeres y 25 varones. En séptimo grado, hay 21 estudiantes (7 mujeres y 14 varones), mientras que en octavo grado hay 24 estudiantes (13 mujeres y 11 varones), todos con edades entre los 11 y los 15 años.

Se empleó un muestreo no probabilístico, el cual, de acuerdo con Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), es particularmente adecuado en investigaciones cualitativas, ya que permite seleccionar casos específicos en función de su relevancia para los objetivos del estudio. Este tipo de muestreo es útil cuando el propósito no es generalizar los resultados a toda la población, sino realizar un análisis profundo de fenómenos específicos.

En este estudio, el muestreo fue de tipo voluntario. Se entregaron consentimientos informados a todos los estudiantes de séptimo y octavo grado para que fueran firmados por sus tutores legales, permitiéndoles decidir libremente su participación.

Finalmente, de los 45 estudiantes, solo 12 devolvieron el consentimiento firmado, representando el 26.6% de la población total. La muestra resultante estuvo compuesta por 3 varones de séptimo grado y 9 estudiantes de octavo grado (8 mujeres y 1 varón).

La muestra resultante, aunque reducida, se considera adecuada para el análisis propuesto en la investigación.

El proceso de selección de los participantes cumplió con una serie de criterios de inclusión y exclusión, los cuales se detallan a continuación:

Criterios de Inclusión

- Ser un estudiante inscrito en la secundaria Preparatoria UNICA.
- Ser un estudiante activo cursando séptimo u octavo grado durante el segundo semestre del año 2024.
- Presentar el consentimiento informado firmado por el tutor legal.
- Estar presente durante todas las actividades programadas para la recolección de datos.

Criterios de Exclusión

- No estar matriculado en Preparatoria UNICA.
- No pertenecer a los grados de séptimo u octavo.
- No entregar el consentimiento informado debidamente firmado.
- No asistir a las actividades previstas para la investigación.

Además, el muestreo fue homogéneo, ya que se centró en estudiantes de una misma institución y en un rango de grados específicos, lo que facilita el análisis de un grupo con características compartidas.

Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) señalan que el muestreo homogéneo es útil para estudiar características particulares de una población específica, permitiendo profundizar en aspectos comunes que sean relevantes para el fenómeno en estudio. En este caso, la homogeneidad en los grados y contexto educativo contribuye a mantener la coherencia y relevancia de los datos recopilados sobre la relación entre los estilos de crianza y la autorregulación emocional en adolescentes en un entorno escolar común.

El objetivo de esta muestra no es generalizar los resultados, sino explorar en profundidad las experiencias individuales y colectivas de los estudiantes en cuanto a su percepción de los estilos de crianza y su regulación emocional. Este tipo de muestreo permite obtener datos significativos y detallados que contribuyen a la formulación de intervenciones prácticas orientadas a fortalecer el desarrollo emocional de los adolescentes en entornos educativos similares.

Métodos y Técnicas de Recolección de Datos

En el presente estudio, se ha elegido el uso de grupos focales como la técnica principal para la recolección de datos. Los grupos focales permiten generar un espacio seguro en el cual los estudiantes pueden compartir y reflexionar sobre sus vivencias en torno a los estilos de crianza percibidos y su autorregulación emocional.

Esta técnica es especialmente adecuada para captar no solo las experiencias individuales, sino también las interacciones grupales y la construcción de significados compartidos entre los participantes lo que enriquece la comprensión del fenómeno estudiado (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

Desarrollo de las Sesiones del Grupo Focal

Se desarrollarán cuatro sesiones de grupo focal, cada una de ellas con una duración aproximada de 90 minutos, organizadas de la siguiente manera:

- Primera sesión: Introducción al estudio y aplicación de la Escala de Estilos de Crianza de Steinberg (2001). Esta sesión permitirá identificar los estilos de crianza percibidos por los estudiantes (Anexo 1).
- Segunda sesión: Evaluación de la autorregulación emocional mediante la Escala de Regulación Emocional para Jóvenes y Adultos (Nava, 2021), explorando cómo los estudiantes gestionan sus emociones en su vida cotidiana (Anexo 2).
- Tercera sesión: Actividades semiestructuradas enfocadas en las dimensiones de los estilos de crianza: compromiso, control conductual y autonomía psicológica. Los estudiantes reflexionarán sobre cómo perciben estas dimensiones en su entorno familiar y su impacto en su bienestar emocional (Anexo 3).
- Cuarta sesión: Discusión sobre estrategias de regulación emocional, como la reevaluación cognitiva y la supresión emocional. A través de dinámicas grupales, los participantes explorarán los efectos de estas estrategias en su capacidad para gestionar sus emociones (Anexo 4).

Cada sesión será facilitada por los investigadores en un ambiente controlado y respetuoso, promoviendo la participación activa. Se utilizarán hojas de trabajo, lápices y grabadoras para registrar las discusiones con el consentimiento de los participantes.

Las sesiones se grabarán en audio con el consentimiento previo de los participantes y sus tutores legales, y se transcribirán para facilitar el análisis posterior. Este método permitirá obtener datos ricos y detallados sobre las percepciones de los estudiantes en relación con los estilos de crianza y su regulación emocional, respetando en todo momento los principios éticos de confidencialidad y voluntariedad de la participación.

Aplicación de Cuestionarios

En las dos primeras sesiones del grupo focal, se aplicarán dos cuestionarios estandarizados:

Escala de Estilos de Crianza de Steinberg (2001). Este instrumento de 26 ítems, evaluará las percepciones de los estudiantes sobre el compromiso, control conductual y autonomía psicológica en sus padres. Además, se añadirán 5 ítems relacionados con el manejo de dispositivos móviles, un tema de creciente relevancia en la vida de los adolescentes nicaragüenses. Estos nuevos ítems incluirán aspectos como la revisión del dispositivo por parte de los padres y el uso de controles parentales.

La escala se puntúa utilizando una escala Likert que varía según la subescala, adaptándose así a las percepciones de los adolescentes sobre el comportamiento parental.

La escala permitirá identificar los estilos de crianza predominantes entre los padres de los estudiantes, como autoritario, democrático, permisivo, negligente y mixto, mediante la combinación de los resultados obtenidos de las tres subescalas.

Este instrumento ha sido ampliamente validado y es confiable para clasificar los estilos de crianza en categorías como permisivo, autoritario, democrático, mixto y negligente, según las percepciones de los adolescentes.

Merino y Arndt (2004) estudiaron su validez mediante la administración de una muestra de 224 adolescentes de 11 a 19 años de un colegio público en Lima. Por medio del análisis factorial confirmatorio de grupo múltiple, la estructura se mantuvo generalmente

estable. Se efectuó a través del método de coeficiente alfa de Cronbach. Los puntajes de las subescalas tienen tendencia desde aceptables a moderadas. La probabilidad global sobre las diferencias en la confiabilidad fue: p, 0.0001 en Compromiso, p=0.033 en Autonomía psicológica y p=0.2768 en Control Conductual/Supervisión (Huamán, 2023).

Esta herramienta validada y confiable, complementada con la inclusión de ítems sobre el manejo de dispositivos móviles, se adapta al contexto actual de los adolescentes nicaragüenses, proporcionando una visión integral de los estilos de crianza predominantes. Los resultados obtenidos contribuirán al análisis de las dinámicas familiares, facilitando la clasificación en categorías clave como autoritario, democrático, permisivo, negligente y mixto, y sentando las bases para futuras intervenciones orientadas a fortalecer las relaciones entre padres e hijos.

Escala de Regulación Emocional para Jóvenes y Adultos de Nava (2021). Evalúa las estrategias emocionales de los adolescentes, tales como la reevaluación cognitiva y la supresión emocional, mediante 22 ítems. La escala mide seis dimensiones: selección de la situación, evitación, mantenimiento emocional, modificación de la situación, cambio cognitivo y modulación de la respuesta. Esta herramienta, basada en el Modelo de Regulación Emocional de James Gross, permitirá evaluar la capacidad de los estudiantes para manejar sus emociones en diferentes situaciones.

El índice de confiabilidad de la escala total fue bueno (α=.826) y los alfas por dimensión fueron: evitación con tres ítems y nivel de confiabilidad de α=.752; modificación de la situación con cuatro ítems y alfa de Cronbach de α=.821, modulación de la respuesta con cinco ítems y nivel de confiabilidad α=.657; cambio cognitivo con tres ítems y alfa de Cronbach de α=.794, estrategias dirigidas al mantenimiento de emociones con tres ítems y nivel de confiabilidad de α=.797 y selección de la situación con cuatro ítems y alfa de Cronbach α=.752. Se obtuvo un KMO de .859 y la prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa al .000 (Nava, 2021).

La escala desarrollada por Nava demuestra ser una herramienta confiable y válida para evaluar la regulación emocional en jóvenes y adultos. Este instrumento permite identificar el nivel de regulación emocional en la población y relacionarlo con otros factores,

proporcionando un recurso valioso para la investigación y la intervención en el ámbito de la salud mental y el bienestar emocional.

Actividades dirigidas (Tercera y Cuarta sesión del grupo focal)

Las siguientes dos sesiones se enfocarán en realizar actividades específicas orientadas a explorar la relación entre los estilos de crianza y la autorregulación emocional. Estas actividades fomentarán la reflexión y discusión grupal, permitiendo que los estudiantes compartan sus experiencias y construyan significados en conjunto.

Distribución de las Actividades Tercera Sesión

- Dimensión de Compromiso: Lluvia de ideas donde los estudiantes describen cómo perciben el apoyo emocional de sus padres.
- Control Conductual: Creación de un "mapa de control" para representar las reglas familiares y cómo estas influyen en su comportamiento y emociones.
- Autonomía Psicológica: Ejercicio sobre la “rueda de autonomía” para identificar los ámbitos donde sienten mayor independencia.

Distribución de las Actividades Cuarta Sesión

- Reevaluación Cognitiva: Dinámica de “Cambio de Perspectiva” en la que los estudiantes reinterpretan situaciones difíciles, explorando alternativas emocionales más adaptativas.
- Supresión Emocional: Actividad “Expresión o Supresión” para reflexionar sobre las ventajas y desventajas de expresar o reprimir las emociones en situaciones cotidianas.

Procedimientos para el Procesamiento y Análisis de Información

El análisis de la información recopilada en esta investigación, proveniente tanto de los cuestionarios como de los grupos focales, se llevará a cabo de manera simultánea. El enfoque se centrará en las categorías predefinidas que permitirán interpretar las percepciones de los estudiantes sobre los estilos de crianza y su impacto en la autorregulación emocional.

La presentación de los resultados se realizará de manera narrativa, facilitando una comprensión clara y contextualizada de los hallazgos. A continuación, se describen las fases del procesamiento y análisis:

Transcripción Literal de las Sesiones de los Grupos Focales

Se transcribirán íntegramente todas las sesiones de los grupos focales para capturar con precisión las interacciones y los comentarios expresados por los participantes. Esta transcripción permitirá disponer de un registro detallado de las percepciones sobre los estilos de crianza y su influencia en la autorregulación emocional. Este paso es fundamental para el análisis, asegurando que todas las experiencias compartidas sean tenidas en cuenta en la interpretación de los resultados.

Revisión y Corrección de los Cuestionarios

Los cuestionarios aplicados serán revisados cuidadosamente para garantizar la integridad de las respuestas. Se realizarán las correcciones necesarias para asegurar que los datos sean precisos y estén listos para el análisis. Este paso garantiza la coherencia de los resultados y refuerza la confiabilidad del estudio.

Agrupación de los Resultados en Categorías Predefinidas

Los resultados obtenidos tanto de los cuestionarios como de las sesiones de los grupos focales se organizarán en categorías previamente establecidas. Estas categorías están alineadas con los objetivos del estudio, enfocándose en los estilos de crianza y la autorregulación emocional de los estudiantes. Este paso facilitará la identificación de patrones y la interpretación de los datos obtenidos en relación con los marcos teóricos utilizados.

Análisis Simultáneo de los Resultados

El análisis de los resultados de los cuestionarios y de los grupos focales se realizará de manera simultánea, permitiendo integrar y comparar los hallazgos de ambas fuentes. Este análisis conjunto permitirá identificar patrones y relaciones clave entre las percepciones de los participantes sobre los estilos de crianza y las estrategias de regulación emocional que emplean, ofreciendo una visión integral del fenómeno estudiado.

Triangulación de los Resultados

Para asegurar la validez de los hallazgos, se realizará una triangulación de los resultados obtenidos de los cuestionarios y de los grupos focales. La triangulación garantizará la consistencia de los datos y permitirá comparar las percepciones de los estudiantes expresadas en diferentes momentos del proceso de recolección de información. Esto proporcionará mayor solidez al análisis.

Interpretación de los Resultados y Presentación Narrativa

Los resultados serán interpretados y presentados de forma narrativa, integrando las experiencias y percepciones de los estudiantes con los marcos teóricos de Steinberg del 1993 sobre los estilos de crianza y el modelo de regulación emocional de Gross del 2015.

A través de una narrativa coherente y detallada, se expondrán los hallazgos clave, ilustrando cómo los distintos estilos de crianza percibidos influyen en la capacidad de los estudiantes para regular sus emociones. La narrativa incluirá ejemplos específicos tomados de las transcripciones de los grupos focales para respaldar los resultados y proporcionar un contexto más rico y profundo.

El análisis narrativo de los resultados permitirá una interpretación profunda de las experiencias de los estudiantes y su relación con los estilos de crianza percibidos. Este enfoque garantiza que los hallazgos sean presentados de una manera clara y accesible, brindando una visión comprensiva del fenómeno y sirviendo de base para propuestas futuras de intervención.

Consideraciones Éticas

Dado que los participantes en este estudio son menores de edad, se tomaron todas las medidas necesarias para garantizar el cumplimiento de los principios éticos fundamentales. Se obtuvo el consentimiento informado de los padres o tutores legales antes de la participación de los estudiantes (Anexo 5), y se explicó detalladamente el propósito del estudio, los procedimientos a seguir y el manejo confidencial de los datos.

Este proceso de consentimiento informado es un componente esencial del estudio, pues no solo cumple con las normativas éticas y legales aplicables, sino que también refleja

el compromiso de los investigadores con la transparencia y el respeto hacia los derechos de los participantes y sus familias.

Al asegurar que los tutores legales comprendan plenamente la naturaleza del estudio y las implicaciones para los estudiantes, se fomenta un entorno de confianza y colaboración que es fundamental para el éxito de la investigación.

Los estudiantes fueron informados de que su participación es completamente voluntaria y que podrán retirarse del estudio en cualquier momento sin ninguna repercusión.

Además, se obtuvo el aval institucional de Preparatoria UNICA para llevar a cabo la investigación (Anexo 6). La participación de los estudiantes es voluntaria, y se garantiza que los datos serán anonimizados para proteger su identidad.

Se garantizará la confidencialidad de los datos durante todo el proceso de recolección y análisis, y los resultados se presentarán de forma anónima, utilizando códigos alfanuméricos para identificar a los participantes sin comprometer su identidad.

Papel del Investigador

En la investigación cualitativa, el investigador asume un rol activo en la recolección e interpretación de los datos, reconociendo que forma parte del fenómeno estudiado. Además de facilitar las sesiones grupales, los investigadores actuarán como mediadores entre las experiencias de los participantes y la construcción del conocimiento, manteniendo una postura reflexiva y ética en todo momento.

Conclusión

El uso de grupos focales como técnica central de recolección de datos, combinado con un enfoque inductivo para el análisis, permitirá comprender en profundidad la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA.

Este enfoque cualitativo con diseño fenomenológico asegurará una interpretación rica y matizada de las experiencias de los participantes, brindando una base sólida para la

formulación de recomendaciones que promuevan el bienestar emocional y el desarrollo personal de los adolescentes en el contexto educativo nicaragüense.

Los resultados de esta investigación contribuirán al conocimiento teórico en el campo de la psicología comunitaria y proporcionarán herramientas prácticas para el diseño de intervenciones en el ámbito educativo y comunitario, promoviendo el bienestar emocional y la cohesión social en la comunidad nicaragüense.

Resultados y Discusión

Este capítulo presenta los resultados obtenidos en la investigación sobre la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA. Se utilizarán códigos alfanuméricos para identificar a los participantes sin comprometer su identidad.

A partir de los datos recopilados a través de transcripciones de los relatos de los estudiantes, observaciones en los grupos focales y los resultados de los cuestionarios, se organizaron los hallazgos de manera tal que respondan a cada uno de los objetivos específicos establecidos en el estudio. La información obtenida se ha clasificado de acuerdo a las dimensiones claves relacionadas con el compromiso parental, el control conductual, la autonomía psicológica, la autorregulación emocional, la reevaluación cognitiva y la supresión emocional.

Cada sección de este capítulo incluye tanto la descripción de los datos como la interpretación de los investigadores. La estructura sigue las directrices de los objetivos de investigación, proporcionando ejemplos concretos de casos y patrones observados en los estudiantes, que ilustran la relación entre los estilos de crianza identificados y la autorregulación emocional.

Asimismo, se exploran las implicaciones de estos hallazgos en un contexto más amplio, considerando la relevancia de los estilos de crianza en el desarrollo emocional de los adolescentes. La discusión integra el análisis teórico y metodológico, contrastando los resultados obtenidos con estudios previos sobre estilos de crianza y regulación emocional en adolescentes.

Finalmente, se aborda el cuarto objetivo del estudio, esbozando una propuesta metodológica de acompañamiento para padres, basada en el respeto y apoyo emocional, que pretende contribuir al desarrollo de competencias emocionales saludables en los adolescentes.

Estilos de Crianza: Identificación de Estilos y Tendencias

El análisis de los estilos de crianza muestra una predominancia del estilo democrático entre los estudiantes participantes, seguido del autoritario, con una menor representación de los estilos permisivo y negligente.

La Tabla 1 resume las valoraciones cualitativas obtenidas para cada sujeto en las dimensiones de compromiso, autonomía psicológica y control conductual, de acuerdo con los resultados de la Escala de Estilos de Crianza de Steinberg (2001).

Tabla 1

Resultados de la Escala de Estilos de Crianza de Steinberg

Sujeto	Edad	Sexo	Grado	Compromiso	Autonomía Psicológica	Control Conductual	Estilo de crianza
A-1	14	M	7°	11	15	21	Negligente
B-2	13	M	7°	35	27	24	Democrático
C-3	12	M	7°	33	23	41	Autoritario
D-4	14	F	8°	28	19	17	Permisivo
E-5	14	F	8°	31	20	39	Autoritario
F-6	14	M	8°	36	19	36	Autoritario
G-7	13	F	8°	27	25	32	Democrático
H-8	14	F	8°	24	28	35	Democrático
I-9	15	F	8°	31	24	31	Democrático
J-10	14	F	8°	33	23	29	Permisivo
K-11	15	F	8°	23	19	32	Democrático
L-12	16	F	8°	26	12	30	Autoritario

Nota. Los estilos de crianza fueron determinados mediante la combinación de los puntajes obtenidos en las tres dimensiones evaluadas: compromiso (rango: 9-36), autonomía psicológica (rango: 9-36) y control conductual (rango: 10-46). La categorización de los estilos se realizó según los siguientes criterios: democrático (puntajes encima del promedio en las tres dimensiones); autoritario (puntajes debajo del promedio en compromiso, pero encima del promedio en control conductual); permisivo (puntajes encima del promedio en compromiso, pero debajo del promedio en control conductual); negligente (puntajes

debajo del promedio en compromiso y control conductual); mixto (puntajes encima del promedio en compromiso y control conductual, pero debajo del promedio en autonomía psicológica). Tabla de creación propia.

La Tabla 1 destaca claras tendencias hacia los estilos de crianza democrático y autoritario. Los estudiantes en hogares democráticos tienden a manifestar mayores niveles de autonomía psicológica, lo cual favorece su capacidad para tomar decisiones independientes en un contexto de apoyo emocional y reglas claras (Huamán, 2023).

Por otro lado, los hogares autoritarios muestran altos niveles de control conductual que, si bien brindan una supervisión consistente, pueden también limitar la independencia del adolescente y generar tensiones en su capacidad de autorregulación emocional (Huamán, 2023).

El estilo democrático fue el más prevalente entre los estudiantes, con cinco de los doce participantes reportando que sus padres aplican este enfoque. Los hogares democráticos se caracterizan por altos niveles de compromiso y autonomía psicológica, combinados con un control conductual adecuado (Gómez, 2023).

Este estilo permite a los adolescentes sentirse apoyados emocionalmente, pero también les otorga la oportunidad de tomar decisiones de manera independiente, lo que facilita su capacidad para regular sus emociones. Por ejemplo, B-2, de 13 años, expresó que sus padres le permitían "opinar en las decisiones importantes de la familia", lo que le hacía sentir más seguro de sí mismo al enfrentar situaciones estresantes.

Este modelo de crianza fomenta el uso de estrategias de autorregulación adaptativas, como la reevaluación cognitiva, donde los adolescentes son capaces de replantear situaciones difíciles de manera más positiva.

I-9 también comentó: "Mis padres siempre me piden mi opinión cuando hay un problema en casa. Me siento parte de las decisiones importantes". Esta práctica aumenta la confianza de los adolescentes en sus habilidades de resolución de problemas y en su capacidad para manejar emociones desafiantes.

Este estilo democrático, que combina apoyo emocional y límites claros, refuerza la capacidad de los estudiantes para manejar sus emociones de manera efectiva, lo que se

alinea con las teorías de Steinberg sobre la crianza democrática y su impacto positivo en el desarrollo emocional.

Los adolescentes que provienen de estos hogares mostraron una tendencia a sentirse seguros al expresar sus emociones y tenían más confianza en la toma de decisiones autónomas, lo que favorece una regulación emocional saludable. En oposición, el estilo autoritario, reportado por cuatro estudiantes, se caracteriza por altos niveles de control conductual, pero bajos niveles de autonomía psicológica. Aunque el compromiso parental también es elevado en algunos casos, los padres en este tipo de hogares tienden a imponer reglas estrictas y a ofrecer poca flexibilidad en la toma de decisiones de sus hijos.

Este estilo, aunque proporciona una estructura sólida, limita la capacidad de los adolescentes para aprender a gestionar sus emociones de manera autónoma.

C-3, de 12 años, comentó que en su casa "siempre hay castigos severos cuando uno se equivoca", lo que le genera ansiedad y lo lleva a reprimir sus emociones en lugar de aprender a expresarlas de manera saludable, por miedo a las consecuencias. F-6 compartió una experiencia similar: "En mi casa, no se habla mucho de cómo nos sentimos, solo de lo que está bien o mal. Eso a veces me hace sentir atrapado cuando estoy molesto o triste".

Este tipo de estilo autoritario, aunque provee estructura, puede tener consecuencias negativas en la capacidad de los adolescentes para regular sus emociones de manera adaptativa. Los jóvenes provenientes de estos hogares tienden a desarrollar estrategias de supresión emocional, donde ocultan o reprimen sus sentimientos, lo que puede generar problemas de ansiedad y estrés acumulado a largo plazo.

El estilo permisivo, presente en dos estudiantes, se distingue por bajos niveles de control conductual y una alta autonomía psicológica (Huamán, 2023). Aunque los padres son afectuosos y brindan apoyo emocional, la falta de normas claras dificulta el desarrollo de habilidades de autocontrol. D-4, de 14 años, mencionó que "no tengo muchas reglas en casa, mis padres me dejan hacer lo que quiera", lo que la lleva, según menciona, a tener dificultades para regular sus emociones en entornos que requerían mayor disciplina o autocontrol.

Esto refleja uno de los retos del estilo permisivo, donde los adolescentes pueden sentirse desorientados al enfrentar situaciones que exigen límites claros y expectativas conductuales.

Este estilo de crianza, si bien fomenta la independencia, puede generar dificultades para gestionar las emociones de manera efectiva en situaciones que requieren límites claros. La falta de estructura puede llevar a una menor capacidad de los adolescentes para identificar límites internos o autocontrolarse cuando enfrentan situaciones emocionales difíciles, como lo mencionó J-10: "A veces no sé cuándo parar cuando estoy enojada. No hay muchas reglas en casa, y eso a veces me confunde sobre cómo debería actuar".

Finalmente, el estilo negligente, reportado por un solo estudiante, muestra bajos niveles tanto de compromiso como de control conductual (Huamán, 2023). A-1, de 14 años, comentó que "mis padres están muy ocupados y no se interesan mucho en lo que hago", lo que lo lleva a sentirse solo al enfrentar desafíos emocionales.

Este estilo es el que tiene el mayor impacto negativo en la capacidad de autorregulación, ya que la falta de involucramiento parental deja al adolescente sin una base emocional sólida para enfrentar situaciones de estrés o conflicto. "Cuando me siento mal, no sé a quién recurrir, mis padres no están mucho en casa", expresó A-1 reflejando la vulnerabilidad de los adolescentes en este tipo de entornos.

Dimensión: Compromiso Parental

El compromiso parental es una dimensión fundamental que abarca el nivel de interés y dedicación que los padres muestran hacia el desarrollo emocional de sus hijos (Velasquez, 2020).

A partir de los grupos focales, se ha observado que los adolescentes que experimentan altos niveles de compromiso parental, característicos de hogares democráticos, presentan una mayor habilidad para gestionar sus emociones. Los estudiantes con padres comprometidos, como I-9, que reportó un compromiso parental alto, mencionaron que sus padres siempre "escuchan y me ayudan cuando me siento mal".

Este tipo de apoyo constante es crucial para que los adolescentes aprendan a manejar sus emociones de manera efectiva, utilizando estrategias como la reevaluación cognitiva en lugar de la supresión emocional, que es menos adaptativa a largo plazo.

H-8 también afirmó: "Siempre sé que puedo hablar con mi hermano o mis abuelos cuando algo me molesta. Ellos me ayudan a ver las cosas de otra manera". Este tipo de apoyo emocional fomenta una relación cercana entre los padres (o cuidadores) y los adolescentes, lo que contribuye positivamente al desarrollo de estrategias de autorregulación efectivas.

En cambio, los estudiantes que reportaron bajos niveles de compromiso, como los de hogares negligentes, mostraron una mayor dificultad para regular sus emociones. A-1 mencionó que cuando se siente frustrado o triste, "no tengo a quién acudir", lo que lo lleva a internalizar sus emociones y a desarrollar comportamientos evitativos.

Este tipo de crianza es particularmente dañino para el desarrollo emocional de los adolescentes, ya que la falta de apoyo parental deja a los jóvenes sin las herramientas necesarias para enfrentar las dificultades emocionales. La ausencia de guías emocionales cercanos en su entorno familiar lo deja vulnerable a una mala gestión de las emociones y, por ende, al aumento del estrés.

Dimensión: Autonomía Psicológica

La autonomía psicológica es la percepción de los adolescentes sobre su capacidad de tomar decisiones y desarrollar una identidad emocional independiente (Velasquez, 2020).

Esta dimensión es fundamental para la autorregulación emocional. En hogares democráticos, la autonomía psicológica es alentada y respaldada por los padres, lo cual permite a los adolescentes experimentar un mayor control sobre su vida emocional.

Un ejemplo de esto es H-8, quien indicó que “mis padres me dejan decidir por mí mismo, pero siempre me orientan cuando lo necesito”. Este enfoque brinda seguridad emocional y fortalece las habilidades de autorregulación.

En hogares autoritarios, la autonomía psicológica es restringida, lo cual puede impactar negativamente en la capacidad del adolescente para gestionar sus emociones. E-5 manifestó que “siempre me dicen qué hacer y no tengo muchas opciones para decidir”, lo cual dificulta el desarrollo de estrategias adaptativas de regulación emocional. En estos casos, la falta de autonomía fomenta una dependencia en el control parental y limita el desarrollo de habilidades de resolución de problemas.

Dimensión: Control Conductual

El control conductual se refiere a las reglas y normas establecidas en el hogar y cómo estas afectan el comportamiento y las emociones de los adolescentes (Velasquez, 2020).

En los hogares democráticos, el control conductual es moderado y equilibrado, lo cual permite a los adolescentes comprender los límites sin sentir que su autonomía está restringida. Por ejemplo, G-7 comentó que sus padres “me ponen reglas, pero me explican el porqué, y eso me hace sentir que son justas”. Este tipo de control permite que los adolescentes desarrollen el autocontrol y la disciplina necesarios para gestionar situaciones de estrés de manera efectiva.

Por otro lado, en hogares autoritarios, el control conductual es excesivo, lo que puede limitar el desarrollo de la independencia emocional y fomentar la supresión de emociones. C-3, de 12 años, relató que “siempre hay castigos severos cuando uno se equivoca”, lo cual le genera ansiedad y lo lleva a reprimir sus emociones por temor a las consecuencias. Esta tendencia a suprimir emociones puede tener efectos negativos a largo plazo en la salud mental del adolescente, favoreciendo el desarrollo de problemas de ansiedad y estrés.

En los hogares autoritarios, el control conductual es excesivo, lo que limita la capacidad de los adolescentes para desarrollar su independencia emocional. F-6, que vive en un entorno autoritario, comentó que "las reglas en casa son muy estrictas y siempre tengo miedo de equivocarme".

Este tipo de control puede generar ansiedad y fomentar la supresión emocional, una estrategia que, aunque efectiva a corto plazo, puede llevar a problemas emocionales a largo plazo, como la depresión y la ansiedad.

Percepciones sobre Estilos de Crianza

Con el propósito de profundizar en la percepción de los estudiantes sobre cómo los estilos de crianza influyen en su autorregulación emocional, se exploraron las dimensiones de compromiso, control conductual y autonomía psicológica.

La Tabla 2 sintetiza las respuestas cualitativas de los estudiantes en estas dimensiones, mostrando las reglas obligatorias y flexibles impuestas, así como los aspectos en los que cada sujeto considera que es independiente o dependiente.

Tabla 2

Percepciones sobre estilos de crianza mediante el grupo focal

Sujeto	Compromiso	Reglas Obligatorias	Reglas Flexibles	Aspectos de Vida Independiente	Aspectos de Vida Dependiente
A-1	Inseguridad, baja importancia	Mantener animales, cuidar a hermana	Comportarse adecuadamente en sociedad	Autocontrol emocional, manejo de emociones	Familia, amigos, escuela
B-2	Alegría, nostalgia	Ordenar cuarto, no usar el teléfono después de las 9 pm	Manejo de tiempo libre	Relaciones afectivas, noviazgo, juegos	Celular
C-3	Responsabilidad, amor familiar	No juntarse con amigos de conducta inapropiada, no hablar con extraños	Dormir hasta tarde, usar el teléfono	Familia como apoyo emocional	Amigos, dispositivos electrónicos
D-4	Amor, responsabilidad	No gastar dinero innecesariamente, ayudar en tareas	Salidas bajo aviso, uso del teléfono	Mascota, privacidad en el uso del celular	Familia, amigos

Sujeto	Compromiso	Reglas Obligatorias	Reglas Flexibles	Aspectos de Vida Independiente	Aspectos de Vida Dependiente
E-5	Estudio, expectativas familiares	No romper cosas, no invitar amigos al cuarto, mantener la limpieza	Tiempo personal, permiso para usar pertenencias	Mascotas, manejo de emociones	Estudios, relaciones familiares y amistades
F-6	Favor muy importante	Sacar buenas calificaciones, no usar el teléfono después de las 8 pm	----------	Familia	Familia, escuela
G-7	Responsabilidad	No salir sin permiso, evitar actos indebidos	Libre expresión artística, relaciones amistosas	Noviazgo, arte	Salidas, amigos, celular
H-8	Responsabilidad	Hacer deberes, no salir mucho, no dejar luces encendidas	Ser ordenado, no gritar, no llegar tarde	Familia, colegio, salidas	Dormir, amigos, celular
I-9	Restricción en contacto social	Prohibición de transporte público, restricción en salidas	Uso del teléfono bajo horarios establecidos	Familia, interacción social	Familia, amigos, celular
J-10	Amor, educación, confianza	Limpieza, respeto a la privacidad, higiene	Limitar salidas, hora de llegada	Decisiones personales, noviazgo, amistades	Familia, salidas

Sujeto	Compromiso	Reglas Obligatorias	Reglas Flexibles	Aspectos de Vida Independiente	Aspectos de Vida Dependiente
K-11	Estudio, disciplina	Tener el cuarto organizado, no romper ni perder cosas	----------	Amigos, deporte, dispositivos	Familia, emociones
L-12	Compromiso con estudios	Informar salidas, contestar llamadas, pedir permiso	Hora de comer, hora de dormir, uso del teléfono	Emociones, forma de ser	Amigos, decisiones personales

Nota. Datos obtenidos mediante la observación de la participación de los estudiantes en la tercera sesión del grupo focal, donde se exploraron sus percepciones sobre estilos de crianza. Tabla de creación propia.

La Tabla 2 evidencia cómo las reglas, el nivel de compromiso y la percepción de autonomía varían en función de cada estilo de crianza. En el caso de B-2, que pertenece a un hogar democrático, existe un equilibrio entre reglas claras y flexibles, lo cual le permite sentirse seguro y apoyado, al mismo tiempo que desarrolla una independencia emocional saludable. En cambio, E-5, proveniente de un hogar autoritario, reporta una lista de reglas rígidas que limitan su autonomía y refuerzan una dependencia en la supervisión parental.

El análisis de los resultados muestra que el estilo democrático de crianza tiene un impacto positivo en el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional, al brindar un equilibrio entre afecto, control y autonomía.

Este estilo fomenta un entorno seguro en el que los adolescentes pueden expresar sus emociones y tomar decisiones de manera independiente. En contraste, el estilo autoritario, aunque proporciona una estructura consistente, limita la independencia emocional, promoviendo la supresión de emociones.

Los estilos permisivo y negligente presentan diferentes desafíos. El estilo permisivo otorga libertad sin estructura, lo cual puede confundir al adolescente en cuanto a la gestión

de límites internos. D-4, quien describió un hogar permisivo, mencionó que “no tengo muchas reglas en casa, mis padres me dejan hacer lo que quiera”, lo cual resulta en dificultades para regular sus emociones en contextos que exigen mayor autocontrol.

Por su parte, el estilo negligente, ejemplificado por A-1, se asocia con una falta de compromiso y supervisión, limitando el desarrollo emocional y social del adolescente al no proporcionar la guía necesaria para manejar sus emociones.

Al analizar los resultados de los 12 participantes, se identifican claras tendencias hacia los estilos de crianza democrático y autoritario. Los estudiantes cuyos padres adoptan el estilo democrático tienden a mostrar mayores niveles de autonomía psicológica, lo que favorece su capacidad para tomar decisiones independientes, mientras mantienen una relación afectuosa y con reglas claras.

Por otro lado, el estilo autoritario se asocia con altos niveles de control conductual, lo que, si bien puede garantizar una supervisión adecuada, puede también limitar el desarrollo de la independencia y la autonomía del adolescente, generando potenciales tensiones en su autorregulación emocional.

El estilo permisivo aparece en menor medida y se caracteriza por una falta de control conductual, lo que puede ofrecer a los adolescentes mayor libertad, pero también puede llevar a una falta de estructura en términos de límites claros.

Finalmente, los estudiantes con estilo negligente parecen experimentar una falta tanto de afecto como de supervisión, lo que puede tener efectos negativos en su desarrollo emocional y social.

Este análisis indica la importancia del equilibrio entre afecto, control y autonomía en el desarrollo emocional y la autorregulación de los adolescentes, confirmando la relevancia de los estilos de crianza en la configuración de su bienestar psicológico.

Cada uno de estos estilos influye de manera diferenciada en la capacidad de los adolescentes para manejar sus emociones, lo cual quedó reflejado en los resultados obtenidos a través de los grupos focales y las escalas de autorregulación.

Autorregulación Emocional

Este análisis explora los resultados de la autorregulación emocional en estudiantes de séptimo y octavo grado de Preparatoria UNICA, utilizando tanto la Escala de Regulación Emocional para Jóvenes y Adultos de Nava (2021) como información cualitativa extraída de grupos focales.

Las estrategias de regulación emocional se abordan desde diferentes dimensiones, como la selección y evitación de situaciones, el mantenimiento de emociones positivas, la modificación de la situación, el cambio cognitivo y la modulación de la respuesta, así como la expresión y supresión emocional en distintos contextos.

En esta sección, se profundizará en cada una de estas categorías, analizando los resultados del cuestionario en conjunto con la información derivada de los grupos focales en relación con la autorregulación emocional y sus diversas dimensiones.

No se incluirá aún una comparación con los estilos de crianza identificados; el enfoque estará centrado exclusivamente en entender cómo los estudiantes regulan sus emociones en función de las estrategias y criterios definidos en el instrumento y la discusión grupal.

Tabla 3

Resultados de la Escala de Regulación Emocional para Jóvenes y Adultos

Sujeto	Selección de Situación	Evitación	Estrategias de Mantenimiento de Emociones	Modificación de la Situación	Cambio Cognitivo	Modulación de la Respuesta
A-1	4	3	14	12	11	13
B-2	19	13	14	18	10	12
C-3	14	9	14	18	9	14
D-4	14	7	12	14	11	19
E-5	14	6	8	13	5	22
F-6	10	10	15	10	7	13
G-7	10	5	13	13	11	12
H-8	16	7	13	11	9	19
I-9	13	7	13	13	10	18

Sujeto	Selección de Situación	Evitación	Estrategias de Mantenimiento de Emociones	Modificación de la Situación	Cambio Cognitivo	Modulación de la Respuesta
J-10	14	7	10	13	10	20
K-11	14	5	12	12	14	20
L-12	11	8	10	11	14	23

Nota. Rangos: selección situación (4-20), evitación (3-15), estrategias de mantenimiento de emociones (3-15), modificación de la situación (4-20), cambio cognitivo (3-15) y modulación de la respuesta (5-25). Tabla de creación propia.

Los datos en la Tabla 3 indican que la modulación de la respuesta y las estrategias de mantenimiento de emociones son áreas de fortaleza para varios estudiantes, especialmente en aquellos que han desarrollado habilidades avanzadas para controlar su expresión emocional.

Por ejemplo, los sujetos con un nivel elevado en modulación de la respuesta, como E-5, demuestran una capacidad notable para ocultar o controlar las emociones en situaciones desafiantes, lo que coincide con la propuesta de Gross sobre la importancia de la modulación como un indicador de una regulación emocional adaptativa.

Esta habilidad es crucial, ya que “me ayuda a no explotar cuando algo me molesta mucho”, según comentó el E-5, mostrando cómo el autocontrol en la expresión emocional favorece su integración social y bienestar psicológico.

En contraste, algunos sujetos muestran dificultades en el cambio cognitivo, una estrategia importante para la regulación emocional constructiva. Aquellos con puntajes bajos en esta categoría, como C-3, experimentan dificultades para reinterpretar situaciones estresantes, lo cual es relevante dado que la reevaluación cognitiva es una estrategia ampliamente recomendada para manejar el estrés. Este estudiante reflejó dicha limitación al compartir que “me cuesta ver las cosas de otra manera; siempre pienso en lo peor”.

La selección de situaciones también varía entre los estudiantes. Por ejemplo, B-2, con un puntaje alto, tiende a evitar contextos que pueden causarle estrés o incomodidad, lo cual ayuda a prevenir el malestar emocional, como él mismo expresa: “Si sé que algo me

va a molestar, prefiero no ir". Esta capacidad para escoger ambientes positivos contribuye a mantener un equilibrio emocional.

Selección de Situación y Evitación

La selección de situación es una estrategia clave para evitar situaciones potencialmente desestabilizadoras (Nava, 2021). Por ejemplo, B-2, con un alto puntaje en esta dimensión, evita activamente contextos que puedan desencadenar emociones negativas, lo que sugiere un enfoque preventivo. Esta estrategia puede ser beneficiosa a corto plazo, pero puede limitar el desarrollo de habilidades de afrontamiento para situaciones inevitables.

En cambio, los sujetos con baja selección de situación, como A-1, muestran una tendencia a enfrentar las situaciones emocionales de manera directa. Esto puede ser beneficioso en términos de resiliencia, aunque también implica un mayor riesgo de experimentar situaciones emocionalmente agotadoras sin las herramientas para evitarlas o suavizarlas.

Expresión y Supresión Emocional en el Contexto Social

La regulación emocional también depende de la capacidad de expresión y supresión de emociones. En la Tabla 4 se reflejan estos aspectos en distintos niveles, con justificaciones que muestran el contexto social y personal que influye en cada sujeto.

Tabla 4

Expresión y Supresión de Emociones de los Participantes en el Grupo Focal

Sujeto	Edad	Sexo	Grado	Expresión de Emociones (Nivel)	Razonamiento de Expresión	Supresión de Emociones (Nivel)	Razonamiento de Supresión
A-1	14	M	7°	Muy Bajo	Prefiere no expresar para no "molestar" y aprender a lidiar solo	Muy Alto	Percibe que expresar emociones no tiene impacto en los demás

Sujeto	Edad	Sexo	Grado	Expresión de Emociones (Nivel)	Razonamiento de Expresión	Supresión de Emociones (Nivel)	Razonamiento de Supresión
B-2	13	M	7°	Muy Alto	Expresa sus emociones para cuidar su salud mental	Bajo	Cree que la supresión puede tener efectos a largo plazo
C-3	12	M	7°	Moderado	Expresa en situaciones específicas, pero a veces teme decepcionar	Moderado	Prefiere guardarse algunas cosas para no causar desilusión
D-4	14	F	8°	Alto	Intenta ser honesta en la mayoría de las situaciones	Bajo	Solo suprime en situaciones con figuras de autoridad
E-5	14	F	8°	Muy Bajo	Evita expresar por miedo a lastimar o alejar a otros	Muy Alto	Prefiere callar para evitar consecuencias emocionales en sus relaciones
F-6	14	M	8°	Muy Alto	Se expresa abiertamente debido a experiencias previas	Muy Bajo	Apenas suprime, siente que debe expresar
G-7	13	F	8°	Moderado	Expresa emociones según la situación o persona involucrada	Moderado	La supresión depende de la persona y la situación

Sujeto	Edad	Sexo	Grado	Expresión de Emociones (Nivel)	Razonamiento de Expresión	Supresión de Emociones (Nivel)	Razonamiento de Supresión
H-8	14	F	8°	Bajo	Teme ser juzgado y prefiere evitar posibles malentendidos	Alto	Evita expresar para no iniciar discusiones o incomodar a otros
I-9	15	F	8°	Muy Alto	Manifiesta abiertamente sus opiniones, incluso en situaciones difíciles	Muy Bajo	Solo se suprime en casos específicos o con personas particulares
J-10	14	F	8°	Bajo	Evita expresar ante figuras de autoridad o si siente vergüenza	Alto	Prefiere suprimir para evitar conflictos o malos entendidos
K-11	15	F	8°	Bajo	Expresa sus emociones para evitar preocupar a otros	Alto	Siente miedo al juicio y críticas, prefiere callarse
L-12	16	F	8°	Bajo	Dificultad para expresar emociones positivas o negativas por temor al juicio	Muy Alto	Prefiere suprimir sus emociones, pero reconoce que esto le afecta emocionalmente

Nota. Datos obtenidos mediante la observación de la participación de los estudiantes durante la cuarta sesión del grupo focal, en la cual se exploraron los niveles de expresión y supresión de emociones, así como los razonamientos detrás de cada comportamiento. Tabla de creación propia.

Esta tabla refleja los niveles cualitativos de expresión y supresión, así como el contexto emocional y social que influye en las decisiones de cada participante.

Los estudiantes que presentan niveles altos o muy altos de supresión suelen hacerlo por temor a las repercusiones emocionales o sociales, mientras que quienes expresan emociones abiertamente lo asocian a la importancia de su salud mental.

Los participantes que mencionaron entornos donde las figuras de autoridad muestran apertura a sus opiniones tienden a suprimir menos, mientras que aquellos en contextos más controladores y con menor autonomía percibida prefieren reprimir sus emociones.

La expresión de emociones resulta ser un mecanismo beneficioso para aquellos estudiantes que lo utilizan con mayor frecuencia, como B-2, quien destacó que expresa sus emociones “para cuidar mi salud mental”. Esto coincide con la teoría de Gross, que establece la expresión emocional como una estrategia adaptativa que facilita el manejo del estrés.

Por otro lado, A-1 mantiene un nivel muy bajo de expresión emocional y prefiere no manifestar sus sentimientos, bajo la creencia de que “no tiene sentido hablar si nadie me escucha”. Esta tendencia puede aumentar la carga emocional y afectar su bienestar a largo plazo, ya que la falta de comunicación puede reforzar emociones negativas.

En cuanto a la supresión de emociones, algunos estudiantes, como E-5, muestran un nivel alto de supresión por temor a causar impacto en sus relaciones. Al evitar la expresión emocional para no “lastimar a los demás”, este estudiante limita sus interacciones sociales, lo cual, según Gross y John (2003, citados por Espinoza y Cervantes, 2021), puede llevar a problemas emocionales profundos, como la ansiedad o el aislamiento.

Contrariamente, estudiantes como I-9 eligen expresar sus emociones de manera abierta y mencionan que “siempre quiero probar mi punto, incluso cuando no están de acuerdo conmigo”, lo cual es característico de los entornos donde se fomenta una crianza democrática y abierta.

Los resultados indican que aquellos estudiantes que logran un balance entre la expresión y supresión emocional muestran un mayor ajuste psicológico y bienestar social. La combinación de una modulación de la respuesta efectiva y una capacidad adecuada de reevaluación cognitiva facilita que estos estudiantes afronten situaciones estresantes con mayor resiliencia.

Fomentar prácticas de crianza que apoyen la expresión emocional y promuevan una reevaluación cognitiva constructiva puede contribuir positivamente al desarrollo emocional de los adolescentes de Preparatoria UNICA. Además, ofrecer espacios donde los estudiantes puedan expresarse sin temor al juicio podría mejorar su capacidad de autorregulación emocional y bienestar psicológico.

Reevaluación Cognitiva

La reevaluación cognitiva es una técnica clave de la autorregulación emocional que implica cambiar la forma en que se percibe una situación para reducir su impacto emocional (Espinoza y Cervantes, 2021). Esta técnica es considerada una de las más adaptativas y saludables, ya que permite a los adolescentes enfrentar el estrés y las emociones negativas de una manera constructiva.

Entre los participantes, aquellos que provenían de hogares con un estilo de crianza democrático mostraron un mayor uso de esta estrategia. B-2 comentó en el grupo focal: "Cuando me siento estresado, pienso en lo que mis padres me han dicho: siempre hay una manera de ver el problema de forma diferente, eso me ayuda a calmarme". Este enfoque es típico de los hogares democráticos, donde los padres fomentan la autonomía psicológica y enseñan a los adolescentes a manejar situaciones emocionales con una perspectiva más positiva.

H-8, quien también proviene de un hogar democrático, afirmó: "Mis padres me ayudan a ver las cosas de otro modo cuando estoy enojada. Me dicen que me tome un tiempo y piense si realmente es tan grave como lo siento en el momento". Esta estrategia de reevaluación cognitiva es esencial para el desarrollo de una autorregulación emocional efectiva, ya que permite a los adolescentes transformar una situación emocionalmente intensa en una oportunidad de aprendizaje y crecimiento.

Por el contrario, en los hogares con un estilo autoritario, la reevaluación cognitiva era menos común. C-3, por ejemplo, mencionó que "en mi casa, si te equivocas, te castigan; no hay mucha conversación sobre por qué me siento mal". Esto indica que, en estos hogares, los adolescentes no están expuestos a la oportunidad de replantear las situaciones emocionalmente intensas, lo que los lleva a adoptar estrategias menos efectivas, como la supresión emocional.

Supresión Emocional

La supresión emocional es una técnica común de la autorregulación emocional, pero a menudo es menos adaptativa que la reevaluación cognitiva (Espinoza y Cervantes, 2021). Consiste en inhibir la expresión de emociones, especialmente aquellas que son negativas, para evitar conflictos o mantener el control.

Los estudiantes que provenían de hogares con un estilo de crianza autoritario mostraron una tendencia más pronunciada hacia la supresión emocional. F-6 expresó: "Cuando me siento molesto, trato de no mostrarlo porque mis padres siempre están pendientes de que no me equivoque. Si lo hago, las consecuencias son fuertes". Esta supresión emocional es una respuesta al control excesivo y la falta de autonomía en el hogar, donde los adolescentes sienten que no tienen espacio para expresar sus emociones libremente.

En estos hogares autoritarios, la expresión emocional está vinculada con el miedo a las represalias o el castigo, lo que afecta negativamente la salud emocional de los adolescentes. Al no tener la oportunidad de procesar y expresar sus emociones, los estudiantes reprimen sus sentimientos, lo que puede conducir a problemas emocionales más profundos, como la ansiedad o la depresión.

De manera similar, los estudiantes de hogares con un estilo negligente, como A-1, también reportaron altos niveles de supresión emocional, aunque por razones diferentes. En estos casos, la supresión no es el resultado del control, sino de la falta de apoyo emocional. A-1 comentó: " he aprendido que no expresar es mejor, que no molesto a nadie y aprendo a curar y avanzar por mi propia cuenta”.

En este tipo de entorno, la ausencia de un apoyo parental adecuado deja a los adolescentes solos para lidiar con sus emociones, sin recibir orientación ni validación, lo que refuerza la supresión como una estrategia de manejo emocional.

En contraste, los estudiantes de hogares democráticos tendían a utilizar menos la supresión emocional. I-9 mencionó: "Mis padres siempre me dicen que no está mal sentirme triste o molesta, que lo importante es hablar de ello". Este tipo de enfoque permite que los adolescentes en estos hogares aprendan a expresar sus emociones de manera saludable, lo que refuerza una autorregulación emocional efectiva.

Análisis Comparativo entre Reevaluación Cognitiva y Supresión Emocional

Al comparar estas dos dimensiones, se destaca que los estudiantes con habilidades de cambio cognitivo desarrolladas y bajos niveles de supresión emocional logran una regulación emocional más adaptativa. Por ejemplo, D-4 y G-7 demuestran un balance adecuado, expresando sus emociones en contextos favorables y manteniendo el control en situaciones que requieren mayor contención. Este equilibrio entre la expresión y la contención es crucial para la salud emocional y las relaciones interpersonales, y representa una regulación emocional madura.

Por otro lado, los estudiantes con alta supresión emocional y bajo cambio cognitivo, como A-1 y E-5, pueden enfrentar dificultades para gestionar sus emociones de manera saludable, ya que tienden a reprimirlas en lugar de reinterpretarlas. Esta falta de habilidades para el cambio cognitivo, combinada con una alta supresión, podría llevar a una acumulación de emociones no procesadas, afectando negativamente su bienestar psicológico y aumentando su vulnerabilidad a problemas de ansiedad o estrés.

Los resultados obtenidos revelan que un enfoque equilibrado entre la reevaluación cognitiva y la expresión emocional moderada es fundamental para el bienestar emocional en los adolescentes.

Los estudiantes de hogares democráticos tienden a utilizar estrategias de cambio cognitivo y a expresar sus emociones de manera saludable, logrando así una regulación emocional más adaptativa. En cambio, los adolescentes de hogares autoritarios o negligentes muestran una tendencia hacia la supresión emocional, lo cual puede

obstaculizar su desarrollo emocional y su capacidad para afrontar de manera efectiva las situaciones difíciles.

Estos hallazgos sugieren la necesidad de promover ambientes familiares que faciliten tanto la expresión emocional como el desarrollo de estrategias de reevaluación cognitiva. Este tipo de apoyo puede mejorar la resiliencia emocional de los adolescentes, ayudándoles a enfrentar desafíos emocionales de manera constructiva y favoreciendo un ajuste emocional saludable en su transición hacia la adultez.

Relación entre Estilos de Crianza y Autorregulación Emocional

Los resultados obtenidos en esta investigación resaltan la influencia profunda y diferenciada de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los adolescentes. Las dimensiones de compromiso parental, control conductual y autonomía psicológica emergen como factores clave que configuran las estrategias emocionales de los jóvenes, demostrando la relevancia del contexto familiar en el desarrollo de competencias emocionales.

Estilo Democrático: Fomento de la Autonomía y la Reevaluación Cognitiva

El estilo de crianza democrático, que combina altos niveles de compromiso parental, autonomía psicológica y control conductual moderado, muestra un impacto positivo en la autorregulación emocional de los adolescentes. Este estilo promueve un ambiente de apoyo emocional que permite a los adolescentes sentirse seguros para expresar sus emociones y enfrentar situaciones estresantes.

La evidencia recogida en los cuestionarios y los grupos focales revela que los adolescentes que provienen de hogares democráticos suelen emplear estrategias de reevaluación cognitiva y modulación de la respuesta con mayor frecuencia, lo cual les permite reinterpretar las situaciones de forma más positiva y mantener el control sobre sus reacciones emocionales.

Por ejemplo, I-9 y B-2 expresaron sentirse incluidos en la toma de decisiones familiares y valorados por sus padres, lo que les da seguridad y fomenta su capacidad de autorreflexión y manejo del estrés. Estos adolescentes pueden replantear situaciones

emocionalmente desafiantes, lo que les permite reducir la carga emocional y adoptar una perspectiva más constructiva.

Esto concuerda con las teorías de Steinberg, que señala cómo un equilibrio entre afecto y límites claros fomenta un ambiente seguro y de respeto mutuo, lo cual es esencial para el desarrollo emocional. Asimismo, estos hallazgos respaldan el modelo de regulación emocional de Gross, en el que la reevaluación cognitiva se considera una estrategia fundamental para el bienestar psicológico, promoviendo un ajuste emocional positivo.

Asimismo, los resultados de este estudio coinciden con la investigación de Huamán (2023), quien destaca la eficacia del estilo de crianza democrático para el desarrollo emocional saludable al equilibrar disciplina y comunicación, lo cual permite que los adolescentes desarrollen una competencia emocional sólida y una mejor adaptación social.

De manera similar, Gómez (2023) resalta que este estilo de crianza crea un contexto de apoyo en el que los adolescentes pueden prosperar en distintas áreas de su desarrollo psico-socio-afectivo, cruciales para su éxito y bienestar general.

Por otro lado, el estudio de García y González (2021) aporta un matiz relevante al indicar que la mayoría de los adolescentes en su muestra perciben el estilo de crianza de sus padres como democrático, caracterizado por buena comunicación, afecto y promoción de la autonomía. Sin embargo, observan que el nivel de autonomía psicológica se sitúa en un nivel medio, un hallazgo que coincide con los resultados de este estudio.

Esto sugiere una prevalencia del estilo democrático, en el cual, aunque los padres brindan un alto grado de apoyo y afecto, la promoción de autonomía se modera, lo que podría estar influido por factores culturales específicos.

Así, los adolescentes en hogares democráticos no solo desarrollan habilidades emocionales que facilitan el manejo de sus emociones, sino que también fortalecen su autoestima y autoconfianza, elementos esenciales para un bienestar psicológico robusto.

Estilo Autoritario: Control Conductual Elevado y Supresión Emocional

Los adolescentes provenientes de hogares con un estilo de crianza autoritario, definido por un alto control conductual y bajos niveles de autonomía psicológica, enfrentan serios desafíos en el desarrollo de una autorregulación emocional saludable.

Como indican los datos recopilados, estos estudiantes tienden a recurrir a la supresión emocional como estrategia primaria, buscando evitar conflictos o posibles castigos mediante la represión o el ocultamiento de sus emociones. Aunque esta estrategia puede ser funcional a corto plazo, a largo plazo resulta en efectos negativos, acumulando estrés y ansiedad y limitando el desarrollo de estrategias adaptativas.

Para ilustrar esta situación, los casos de C-3 y F-6 evidencian que la imposición de un control estricto en sus hogares los lleva a evitar expresiones emocionales, por temor a sanciones severas.

Estos estudiantes reflejan una carga emocional que, si bien no se manifiesta de inmediato, afecta su resiliencia y capacidad para la resolución autónoma de problemas. Este hallazgo concuerda con los estudios de Cedeño (2023), quien demuestra que el estilo autoritario tiene una relación negativa significativa con la regulación emocional, dificultando el desarrollo de habilidades emocionales en los jóvenes.

La falta de prácticas que fomenten una autonomía emocional en estos entornos puede obstaculizar el aprendizaje de estrategias de regulación adaptativa, como la reevaluación cognitiva.

Al observar las interacciones sociales y el bienestar psicológico, los hallazgos de Granda (2023) también refuerzan esta visión, mostrando que los estilos de crianza autoritario y permisivo están asociados con comportamientos antisociales y una menor calidad de vida.

Granda resalta la importancia de una mayor conciencia parental respecto a los efectos de sus métodos de crianza en las necesidades socioeducativas de los adolescentes. De este modo, el ambiente rígido y controlado de los hogares autoritarios no solo limita la

expresión emocional sino que también afecta su bienestar social y emocional, como se evidencia en la propensión a evitar expresar emociones.

En consonancia, el análisis de Martínez et al. (2021) aporta una perspectiva adicional, observando que el modelo autoritario en el contexto escolar se asocia con comportamientos impulsivos, agresivos e irrespetuosos hacia figuras de autoridad. Estos comportamientos reflejan una falta de desarrollo en habilidades de autorregulación emocional, posiblemente derivada de la falta de un espacio seguro para expresar y gestionar emociones de forma adaptativa. Así, el ambiente estricto del hogar contribuye a respuestas impulsivas y conductas de oposición ante figuras de autoridad fuera del ámbito familiar.

Estos resultados subrayan cómo la supresión emocional, una estrategia que puede ser funcional a corto plazo, se vuelve menos efectiva y potencialmente perjudicial a largo plazo, especialmente en entornos que no validan la expresión emocional.

Estilo Permisivo: Libertad sin Estructura y el Desafío en el Autocontrol

Los adolescentes de hogares permisivos, donde el control conductual es bajo y la autonomía psicológica elevada, también enfrentan dificultades para regular sus emociones, aunque en este caso, los problemas están asociados a una falta de límites y estructura.

Los resultados indican que los estudiantes en hogares permisivos expresan sus emociones abiertamente; sin embargo, esta expresión no está acompañada de la estructura necesaria para regular sus respuestas emocionales en situaciones de alta intensidad.

Estos estudiantes suelen experimentar confusión sobre cuándo y cómo deben autorregularse, ya que la libertad excesiva les impide desarrollar habilidades de autocontrol y disciplina emocional. Esta carencia de normas claras puede ser desorientadora, especialmente en contextos donde se requiere una respuesta emocional moderada y ajustada.

Estudiantes como D-4 y J-10 reportaron que en sus hogares “no hay muchas reglas”, lo cual limita su capacidad de desarrollar una comprensión sólida sobre el autocontrol. En situaciones sociales o académicas que requieren disciplina o regulación de emociones, estos

adolescentes pueden tener dificultades para modular sus reacciones emocionales. En este sentido, exhiben unas altas tendencias a la expresión emocional, pero presentas dificultades para gestionar sus reacciones en momentos de conflicto.

Esta falta de control conductual en el hogar subraya la importancia de una estructura equilibrada, ya que el autocontrol es fundamental para el desarrollo de una autorregulación emocional efectiva.

Los estudios previos respaldan este hallazgo, señalando que la falta de normas y límites claros en el estilo permisivo puede ser desorientadora para los adolescentes, quienes necesitan de una guía estructurada para gestionar adecuadamente sus emociones en diferentes contextos (Andrade, 2023).

Estilo Negligente: Ausencia de Apoyo y Dificultades en la Autorregulación

Por último, el estilo negligente, caracterizado por bajos niveles de compromiso parental y control conductual, resulta ser el más perjudicial para el desarrollo de la autorregulación emocional.

Los adolescentes en estos hogares no reciben el apoyo ni la orientación necesaria para afrontar las emociones de manera efectiva, lo cual los lleva a experimentar una profunda sensación de abandono emocional y falta de recursos para gestionar el estrés. Esta falta de apoyo y guía emocional se traduce en una menor capacidad para utilizar estrategias adaptativas de regulación, como la reevaluación cognitiva, y en una mayor tendencia a emplear la supresión emocional o evitar situaciones emocionalmente intensas.

Un ejemplo notable es A-1, quien reportó que “mis padres están muy ocupados y no se interesan mucho en lo que hago”. Esta falta de involucramiento parental lo lleva a experimentar sentimientos de soledad y desamparo, lo que afecta negativamente su autorregulación emocional.

Estos resultados encuentran respaldo en el estudio de Gómez (2023), que asocia los estilos de crianza ambivalente y evitativo (similares en algunos aspectos al estilo negligente) con problemas académicos significativos, incluyendo deserción escolar, bajas calificaciones y repitencia.

Los hallazgos de Gómez subrayan que un entorno familiar poco favorable no solo limita el desarrollo emocional, sino que también está estrechamente relacionado con dificultades académicas. Este vínculo entre la falta de apoyo emocional y las problemáticas académicas sugiere que el impacto del estilo negligente en la autorregulación emocional también se extiende a otras áreas cruciales del desarrollo adolescente, como la motivación escolar y el rendimiento académico.

Además, la investigación de Tobar y Lara-Machado (2023) sobre el funcionamiento familiar y la regulación emocional en adolescentes muestra que una estructura familiar de apoyo es esencial para el uso de estrategias adaptativas, como la reevaluación cognitiva.

En contraste, en entornos negligentes, los adolescentes suelen carecer de habilidades para reinterpretar situaciones emocionalmente intensas, prefiriendo evitar o reprimir sus emociones. Este comportamiento se traduce en una menor capacidad para afrontar los desafíos emocionales, exacerbando así su susceptibilidad a efectos adversos, tales como el desarrollo de ansiedad y dificultades en sus relaciones interpersonales.

Este patrón se alinea con los estudios de Gross, que destacan la importancia de un entorno de apoyo para el desarrollo de habilidades adaptativas de autorregulación. La represión emocional, en este caso, es una respuesta a la falta de guía y de validación en el entorno familiar, lo que incrementa la vulnerabilidad del adolescente a problemas emocionales a largo plazo, como el estrés crónico y la ansiedad.

Integrando estas perspectivas, se reafirma que el estilo negligente no solo deteriora la capacidad de autorregulación emocional, sino que también interfiere en otras dimensiones vitales del desarrollo del adolescente, desde el ámbito académico hasta el bienestar psicológico.

La combinación de un entorno familiar negligente y la falta de apoyo emocional incrementa el riesgo de que los adolescentes adopten mecanismos de afrontamiento poco adaptativos, generando un ciclo de vulnerabilidad emocional que repercute a largo plazo en su estabilidad emocional y desempeño en múltiples áreas de su vida.

Propuesta de Intervención

La evidencia sugiere que los estilos de crianza, especialmente el estilo democrático, tienen un rol fundamental en el fomento de la autorregulación emocional saludable y la autonomía en los adolescentes. Este estilo facilita el uso de estrategias adaptativas, como la reevaluación cognitiva, que permiten a los adolescentes gestionar sus emociones de manera constructiva.

En contraste, los estilos autoritario y negligente limitan este desarrollo, incrementando la tendencia a la supresión emocional y disminuyendo la autonomía, lo que deja a los adolescentes en una posición de mayor vulnerabilidad emocional y dependencia.

Los resultados de esta investigación refuerzan la importancia de un entorno familiar que equilibre el apoyo emocional y los límites claros. Este enfoque no solo promueve la inteligencia emocional, sino que también fomenta la autonomía psicológica, permitiendo que los adolescentes desarrollen habilidades de autorregulación y capacidad de enfrentar desafíos de forma autónoma y saludable.

Al comprender la conexión entre los estilos de crianza y la capacidad de autorregulación y autoexpresión de los adolescentes, se enfatiza la necesidad de que los padres desempeñen un papel activo en el desarrollo emocional de sus hijos.

Objetivo de la Propuesta

Con base en estos hallazgos, se propondrá un programa integral de formación para padres (Anexo 7), cuyo propósito es fortalecer las competencias emocionales y la autonomía en los adolescentes a través de estrategias de crianza respetuosa. Esta propuesta metodológica ofrecerá herramientas prácticas a los padres para fomentar la inteligencia emocional y la autonomía de sus hijos, ayudándoles a expresar sus emociones, gestionar el estrés y la ansiedad, y tomar decisiones de forma independiente.

Descripción del Programa

Este proyecto busca guiar a los padres de estudiantes en el desarrollo de la inteligencia emocional y la autonomía psicológica de sus hijos, utilizando la educación respetuosa como base fundamental. A través de cuatro charlas y talleres interactivos, los

padres adquirirán herramientas prácticas que les permitirán mejorar su conexión emocional con sus hijos y promover un ambiente familiar armonioso que facilite un desarrollo integral.

Comprensión del Desarrollo Cerebral y la Autonomía. Los padres adquirirán un conocimiento profundo sobre los cambios clave en el cerebro adolescente, en particular en el lóbulo prefrontal, que es responsable de la toma de decisiones y el control de impulsos, y el sistema límbico, que regula las emociones.

Este entendimiento les permitirá reconocer comportamientos adolescentes comunes, como la impulsividad y las reacciones emocionales intensas, como parte natural del desarrollo. Equipados con este conocimiento, los padres podrán ajustar sus expectativas, practicar una disciplina positiva y apoyar el desarrollo emocional y cognitivo de sus hijos, promoviendo una autonomía gradual y saludable.

Inteligencia Emocional y Expresión Emocional Saludable. Los padres comprenderán la importancia de la inteligencia emocional en el bienestar de sus hijos, tanto en el ámbito personal como social. Este componente incluye la identificación, comprensión y gestión de emociones propias y ajenas, habilidades fundamentales para la resiliencia emocional y la interacción social.

Los padres estarán mejor preparados para promover comportamientos saludables en sus hijos, ayudándoles a gestionar el estrés, reducir la supresión emocional y fortalecer su autonomía emocional y social.

Herramientas Prácticas para la Autorregulación y la Comunicación Asertiva. Se proporcionarán herramientas prácticas a los padres, como técnicas de autorregulación (por ejemplo, la respiración consciente y el modelado de calma) y estrategias de comunicación honesta y respetuosa, para fomentar la autoexpresión y evitar conflictos. Estas herramientas permitirán a los adolescentes sentirse comprendidos y seguros para expresarse, promoviendo una dinámica familiar en la que la autonomía y la autoexpresión emocional sean valores centrales.

Fomento de la Autonomía y Reducción de la Supresión Emocional. Al implementar estrategias de crianza democrática, los padres podrán apoyar el desarrollo de la autonomía

en sus hijos al proporcionar responsabilidades acordes a su edad y establecer límites claros que promuevan la independencia sin desatender el apoyo emocional.

Los resultados de este estudio muestran cómo los estilos democráticos ayudan a los adolescentes a emplear la reevaluación cognitiva, una habilidad clave para una regulación emocional efectiva, mientras que los estilos autoritario y negligente aumentan la supresión emocional y limitan la expresión abierta. Este programa busca reducir la supresión emocional en los adolescentes al promover un entorno seguro y respetuoso.

Sustento Teórico

Los hallazgos de esta investigación no solo validan las teorías sobre estilos de crianza de Steinberg y el modelo de regulación emocional de Gross, sino que también demuestran la necesidad de promover estilos de crianza democráticos.

Esto se alinea con la perspectiva de la crianza respetuosa, ampliamente respaldada en investigaciones recientes que resaltan los beneficios de un estilo de crianza que prioriza el respeto y la empatía hacia el niño o adolescente.

Por ejemplo, el estudio de Espinel y Gil (2024) muestra que las madres que adoptan la crianza respetuosa tienden a ser más conscientes de las necesidades emocionales de sus hijos y buscan romper con patrones autoritarios tradicionales.

Este hallazgo es relevante para el plan de formación propuesto, ya que destaca la importancia de ofrecer a los padres herramientas que los empoderen para adoptar prácticas más comprensivas y respetuosas. La transición hacia un estilo de crianza respetuoso implica no solo un cambio en las prácticas, sino también una transformación en las percepciones y actitudes, lo cual podría abordarse mediante talleres de sensibilización y formación práctica.

Por otro lado, Gonzáles y Sáenz (2020) enfatizan la necesidad de una parentalidad centrada en los derechos y necesidades de los niños, resaltando que la crianza respetuosa no solo debe evitar prácticas disciplinarias negativas, sino también fomentar el respeto mutuo y la participación activa de los niños en el entorno familiar.

Este enfoque es fundamental para el desarrollo integral de los adolescentes, ya que, según los hallazgos, un estilo de crianza democrático no solo promueve la autorregulación emocional, sino que también fortalece la autonomía y la autoestima.

El modelo propuesto por Gonzáles y Sáenz sugiere que el respeto y la seguridad emocional son pilares para el bienestar y el desarrollo emocional, aspectos que el programa de formación para padres debe incorporar para promover un estilo de crianza que acompañe y respalde las necesidades emocionales de los adolescentes.

Los estudios de Gómez (2023) y Cedeño (2023) también refuerzan la necesidad de implementar programas de apoyo en los entornos escolares y familiares para fomentar estilos de crianza que contribuyan al desarrollo emocional y el bienestar general de los estudiantes. Gómez (2023) enfatiza que la intervención en el contexto educativo es esencial para mejorar la regulación emocional y el rendimiento académico de los adolescentes.

De manera similar, Cedeño (2023) destaca que los estilos de crianza adecuados pueden optimizar el desarrollo socioemocional, subrayando la relevancia de que los programas de formación para padres incluyan un componente educativo que les permita comprender y aplicar estrategias de crianza efectivas. Esto no solo mejoraría la relación padre-hijo, sino que también contribuiría al éxito académico y bienestar emocional de los estudiantes.

La propuesta de un plan de Formación Integral para Padres de Familia en la Preparatoria UNICA se fundamenta en un enfoque de crianza democrática y respetuosa, orientado a que los padres comprendan el impacto de sus prácticas parentales en la regulación emocional y el desarrollo integral de sus hijos.

Integrando los hallazgos de estudios recientes, el programa busca promover un entorno familiar donde el respeto, la empatía y la seguridad emocional sean prioritarios, permitiendo que los adolescentes desarrollen habilidades de regulación emocional efectivas y alcancen una autonomía psicológica sólida que los prepare para los desafíos de la vida diaria.

Conclusiones

Este estudio se propuso analizar la influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de estudiantes adolescentes de séptimo y octavo grado en la Preparatoria UNICA. La importancia de este análisis radica en que la capacidad de autorregulación emocional es fundamental para el desarrollo integral de los adolescentes, y los estilos de crianza pueden jugar un papel decisivo en este aspecto.

A partir de los datos recolectados mediante un enfoque cualitativo, se identificaron tendencias significativas en cómo los diferentes estilos de crianza afectan la capacidad de los adolescentes para gestionar sus emociones, proporcionando una comprensión profunda y contextualizada de este fenómeno en el entorno escolar y familiar.

Los hallazgos destacan que el estilo de crianza democrático es el que mejor favorece el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional en los adolescentes. Los estudiantes que se percibieron bajo este estilo mostraron una mayor propensión a utilizar estrategias de reevaluación cognitiva, lo cual les permitió manejar situaciones emocionales de manera más adaptativa.

Esto contrasta con aquellos adolescentes que crecieron en ambientes con estilos autoritarios o negligentes, quienes presentaron una mayor tendencia hacia la supresión emocional, una estrategia que, aunque puede ser útil en el corto plazo, se asocia a largo plazo con un menor bienestar emocional.

Los resultados indican una prevalencia considerable de supresión emocional y una baja autonomía entre los estudiantes de séptimo y octavo grado, lo cual tiene importantes implicaciones tanto para la teoría como para la práctica en el campo de la psicología y la educación.

La supresión emocional, entendida como la tendencia a inhibir la expresión de emociones en contextos sociales o familiares, fue notable en los participantes. Esta práctica, que puede actuar como una estrategia de afrontamiento en el corto plazo, plantea preocupaciones sobre el desarrollo emocional a largo plazo de los adolescentes.

El análisis también resalta la problemática de la baja autonomía observada en algunos estudiantes, reflejo de prácticas parentales restrictivas o permisivas sin estructura, lo que limita su capacidad de tomar decisiones autónomas. La falta de autonomía no solo afecta su autorregulación emocional, sino que también repercute en su desarrollo general, dificultando su capacidad para enfrentarse a desafíos de manera independiente. Esto sugiere que un equilibrio entre apoyo y límites claros, característico del estilo democrático, es crucial para un desarrollo emocional saludable.

Con base en los hallazgos obtenidos en esta investigación, se ha desarrollado una propuesta de proyecto dirigido a padres y madres de estudiantes de secundaria, con el objetivo de fortalecer su rol como figuras de apoyo emocional y facilitadores de la inteligencia emocional y la autonomía psicológica en sus hijos.

La metodología propuesta para este proyecto se basa en una serie de cuatro charlas y talleres interactivos que guiarán a los padres en la aplicación de estrategias prácticas de crianza respetuosa. A lo largo de estas sesiones, los padres adquirirán herramientas para fomentar una mayor conexión emocional con sus hijos y facilitar un ambiente familiar armonioso que promueva tanto la autoexpresión como la autonomía.

El enfoque educativo permitirá a los padres entender y aplicar técnicas que refuercen la autorregulación emocional y la toma de decisiones autónoma en sus hijos adolescentes.

Esta intervención subraya la importancia del conocimiento sobre el desarrollo cerebral y emocional de los adolescentes, promoviendo un enfoque de crianza basado en el respeto y la comprensión de sus necesidades emocionales y de independencia.

La adolescencia es una etapa crucial, caracterizada por cambios profundos a nivel emocional, social y cerebral, en la cual el rol de los padres resulta esencial. Sin embargo, estos suelen carecer de herramientas adecuadas para ofrecer apoyo de manera efectiva en esta transición. Por tanto, el proyecto les brinda recursos y conocimientos necesarios para acompañar a sus hijos en este proceso, potenciando un desarrollo emocional saludable y una autonomía sólida.

Es necesario, también, reconocer las limitaciones que enmarcan esta investigación para entender mejor sus aportes.

En primer lugar, el reducido tamaño de la muestra limita la posibilidad de generalizar los resultados a poblaciones más amplias o contextos diferentes. Este tamaño limitado fue en parte consecuencia de que varios tutores legales optaron por no otorgar su consentimiento para la participación de sus hijos, posiblemente debido a preocupaciones o miedos asociados con ser evaluados o juzgados en sus estilos de crianza.

Este aspecto introduce una posible debilidad en la recolección de datos, ya que la muestra puede no representar completamente la diversidad de experiencias de crianza en el contexto estudiado.

Además, la naturaleza de las interacciones entre los participantes y los investigadores pudo haber influido en la forma en que los adolescentes comunicaron sus experiencias y percepciones sobre la crianza y la autorregulación emocional. Es posible que algunos participantes adaptaran sus respuestas en función de cómo percibieron las preguntas o la presencia del investigador.

Reconocer estas posibles limitaciones resulta crucial para contextualizar adecuadamente los hallazgos obtenidos y enfatiza la necesidad de diseñar estrategias que promuevan ambientes neutrales y espontáneos en futuros estudios, con el objetivo de obtener información genuina y representativa.

El enfoque de esta intervención no solo es beneficioso para la relación entre padres e hijos, sino que también contribuye a un ambiente escolar más favorable, promoviendo un clima de respeto mutuo y colaboración que facilita tanto el aprendizaje como el bienestar emocional de los estudiantes.

Esta investigación resalta la influencia significativa de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los adolescentes y la importancia de una intervención educativa para guiar a los padres en la implementación de prácticas de crianza que favorezcan el desarrollo emocional saludable de sus hijos.

La metodología cualitativa empleada en este estudio se muestra efectiva para comprender de manera integral las complejidades de esta relación, contribuyendo así a un conocimiento más profundo y a la mejora de prácticas educativas y familiares en el ámbito de la psicología y la educación.

El presente estudio se alinea con el Plan Nacional de Lucha contra la Pobreza y para el Desarrollo Humano 2022-2026, destacando su énfasis en el fortalecimiento familiar y el apoyo psicosocial como pilares contra la pobreza (Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional, 2021).

Asimismo, responde a la visión de la juventud como eje central del desarrollo, al promover habilidades emocionales que permitan a los adolescentes ser agentes de cambio en sus comunidades. La propuesta metodológica busca fortalecer capacidades familiares y educativas, contribuyendo al desarrollo integral de los adolescentes y a la sostenibilidad de las metas del plan.

Además, se alinea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), en particular con el objetivo de Salud y Bienestar (Naciones Unidas, 2018), al garantizar herramientas que promuevan una vida sana, fomentando una adecuada autorregulación emocional y un desarrollo integral sostenible para los adolescentes.

En definitiva, esta investigación ha subrayado la importancia de la autorregulación emocional y la autonomía en el bienestar de los adolescentes, así como la necesidad de un enfoque integral que aborde estas dimensiones en el ámbito educativo y familiar. La investigación cualitativa en este campo continúa siendo una herramienta valiosa para profundizar en los factores que inciden en el desarrollo psicológico de los jóvenes, contribuyendo de esta manera al conocimiento y a la mejora de prácticas educativas y clínicas que favorezcan un desarrollo saludable y pleno en la adolescencia.

Recomendaciones

Considerando los hallazgos de esta investigación y sus limitaciones, se proponen varias direcciones para futuras investigaciones que podrían ampliar y profundizar el conocimiento sobre la relación entre estilos de crianza y autorregulación emocional en adolescentes.

Para empezar, se recomienda que futuros estudios amplíen el tamaño, diversidad y rango etario de la muestra. Incluir adolescentes de distintos contextos socioculturales y diferentes grados de secundaria permitiría analizar cómo evolucionan tanto los estilos de crianza percibidos como las habilidades de autorregulación emocional a lo largo de la adolescencia. Este enfoque podría proporcionar una perspectiva más integral y longitudinal sobre los cambios en las dinámicas familiares y su impacto en el desarrollo emocional.

Además, sería valioso investigar si existen diferencias en los estilos de crianza que reciben niñas y niños, así como en la manera en que estas diferencias impactan el desarrollo de la autorregulación emocional. Este análisis podría explorar cómo las expectativas y prácticas parentales varían según el género y cómo estas variaciones influyen en las habilidades emocionales de cada grupo. Comprender estas dinámicas permitiría diseñar intervenciones más inclusivas y sensibles a las necesidades particulares de niñas y niños, promoviendo un desarrollo emocional equilibrado e integral.

Por otro lado, se destaca la importancia de explorar la percepción que tienen los padres acerca de sus propios estilos de crianza, así como los factores que influyen en sus prácticas y decisiones. Comprender las motivaciones y creencias subyacentes en la adopción de ciertos estilos parentales podría revelar sesgos o miedos asociados con la participación en estudios, permitiendo abordar estas preocupaciones de manera que se fomente su colaboración sin generar sentimientos de exposición o juicio.

Asimismo, se sugiere incluir variables contextuales, tales como: socioeconómico, la estructura familiar y la presencia de factores estresantes, que podrían influir significativamente en los recursos y dificultades emocionales de los adolescentes. Este enfoque holístico enriquecería la comprensión de los factores que afectan la

autorregulación emocional y fortalecería la relevancia de las intervenciones diseñadas para apoyar a este grupo etario.

Finalmente, se recomienda promover una mayor concientización sobre la importancia de las investigaciones en este ámbito, tanto en las familias como en las comunidades, para reducir barreras de participación y lograr muestras más representativas. Esto contribuiría no solo a mejorar la calidad de los estudios, sino también a incrementar la aplicación práctica de sus resultados en beneficio del bienestar emocional de los adolescentes.

Referencias

Andrade Soria, B. D. (2023). *Estrategias de autorregulación emocional y el bienestar psicológico en adolescentes de entre 11 a 14 años* [Tesis de maestría, Universidad Técnica de Ambato, Facultad de Ciencias de la Salud, Centro de Posgrados]. Repositorio Institucional - UTA.

https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/41452

Armijo, I., Aspillaga, C., Bustos, C., Calderón, A., Cortés, C., Fossa, P., Melipillan, R., Sánchez, A. y Vivanco, A. (2021). *Manual de Metodología de Investigación*. Facultad de Psicología, Universidad del Desarrollo.

Aviles Guanoluisa, I. y Guingla Solórzano, G. (2022). *Regulación de emociones y bienestar psicológico en estudiantes. Universidad Estatal de Bolívar. Guaranda, 2022.* [Tesis de Pregrado, Universidad Nacional de Chimborazo, Riobamba, Ecuador]. Repositorio Institucional - UNACH, Ecuador http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/10184

Barrero Toncel, V. I., González-Bracamonte, Y. y Cabas-Hoyos, K. P. (enero-junio de 2020). Autorregulación emocional y estrategias de afrontamiento como variables mediadoras del comportamiento prosocial. *Psicogente, 24*(45), 1-15. https://doi.org/10.17081/psico.24.45.4168

Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development, 37*(4), 887–907. https://doi.org/10.2307/1126611

Bedoya Cardona, L. M., Herrera Rivera, O. y Alviar Ruíz, M. M. (2020). *Crianza contemporánea: significados y comprensiones desde la voz de las familias.* Medellín, Colombia. Fondo Editorial Universidad Católica Luis Amigó. https://directory.doabooks.org/handle/20.500.12854/44244

Bedoya Zamudio, K. Z. (2023). *Estilos de crianza y nivel de logro de aprendizaje en los estudiantes del nivel secundaria. Ancash, 2023*. [Tesis para obtener el grado académico de maestra en psicología educativa, Universidad César Vallejo, Chimbote, Perú]. Repositorio Institucional - UCV.

https://hdl.handle.net/20.500.12692/134142

Cedeño Cifuentes, V. R. (2023). *Estilos de crianza y regulación emocional en estudiantes de sexto y séptimo de básica de una institución educativa, Guayaquil 2023* [Tesis para obtener el grado académico de maestra en psicología educativa, Universidad César Vallejo, Lima, Perú]. Repositorio Institucional - UCV.

https://hdl.handle.net/20.500.12692/123159

Darling, N. & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin, 113*(3), 487–496.

https://doi.org/10.1037/0033- 2909.113.3.487

Espinel Cordero, D. V. y Gil Meza, N. S. (2024). *Actitudes y realidades sobre la crianza respetuosa en un grupo padres de familia de Bucaramanga y su Área Metropolitana*. Repositorio Institucional. http://hdl.handle.net/20.500.12749/25095

Espinoza García, D. Y. y Cervantes Montalvo, G. (2021). *Emocional, Evidencias psicométricas del Cuestionario de Autorregulación.* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo, Huaraz, Perú]. Repositorio Institucional - UCV.

https://hdl.handle.net/20.500.12692/78608

Fornós-Barreras, A. (2001). La crianza: su importancia en las interacciones entre padres e hijos. *Cuadernos de Psiquiatría y Psicoterapia del Niño y del Adolescente, 31*(32), 183-198 [Archivo PDF]. https://www.sepypna.com/documentos/articulos/fornos-crianza-interacciones-padres-hijos.pdf

García Montalván, D. D. y González Pérez, M. Á. (2021). *Estilos parentales educativos y competencias sociales de los adolescentes de noveno a undécimo grado del "Instituto Dr. Marcos Antonio Mendieta Rojas, CEPAD-león" marzo - diciembre 2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, León]. Repositorio Institucional - UNAN-León.

http://riul.unanleon.edu.ni:8080/jspui/handle/123456789/9249

Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional. (2021). *Plan Nacional de Lucha contra la Pobreza y para el Desarrollo Humano 2022-2026*. Managua, Nicaragua.

Gómez Carmona, A. M. (2023). *La influencia de los estilos de crianza en la regulación emocional de niños y adolescentes* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Antioquia, Colombia]. Repositorio Institucional - UNIMINUTO. https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/18033

Gonzáles Coto, M. y Sáenz Cubillo, N. (2020). Crianza respetuosa: Hacia una parentalidad centrada en las niñas y los niños. *Revista Estudios*, (41), 428–450. https://doi.org/10.15517/re.v0i41.44887

González Mendoza, E. (2021). *La crianza positiva en la práctica parental* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de México]. https://ru.dgb.unam.mx/bitstream/20.500.14330/TES01000840401/3/0840401.pdf

Granda Vélez, C. (2023). *Estilos de crianza saludables y su influencia en las habilidades socioemocionales de los niños y adolescentes* [Tesis de licenciatura, Universidad Internacional SEK]. Repositorio Institucional - Universidad Internacional SEK Ecuador. http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/5059

Gross, J. J. (1998). The Emergenging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, *2*(3), 271-299. https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271

Gross, J. J. (2014). *Handbook of Emotion Regulation* (Second Edition). Guilford publication. www.guilford.com/p/gross

Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological inquiry,* 26(1), 1-26. https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781

Gross, J. J. & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(2), 348-362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual Foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). The Guilford Press.

Hernández-Sampieri, R. y Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (7ma ed.). McGraw-Hill Interamericana Editores.

Hoyes Castellón, E. M., Morales Matute, M. L. y Talavera Calero, O. K. (2021). *Incidencia de los cambios emocionales en el contexto educativo de los estudiantes adolescentes de octavo grado "A" secundaria regular, centro escolar Guardabarranco, Llanos N.º 1, Pueblo Nuevo, Estelí, II semestre 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua]. Repositorio Institucional - RIUMA. http://repositorio.unan.edu.ni/id/eprint/19148

Huamán Nepo, E. W. A. (2023). *Estilos de crianza e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de la Institución educativa Juan Pablo Vizcardo y Guzmán Zea, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Perú]. Repositorio Institucional - UNPRG.

https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/11674

Jorge, E. y González, M. C. (2017). Estilos de crianza parental: una revisión teórica. *Informes psicológicos, 17*(2), 39–66. https://doi.org/10.18566/infpsic.v17n2a02

Naciones Unidas. (2018). *La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible: una oportunidad para América Latina y el Caribe* (LC/G. 2681-P/Rev. 3), Santiago.

Maccoby, E. E. & Martín, J. A. (1983). *Socialization in the context of the family: Parent- child interaction*. En E. M. Hetherington & P.H. Mussen (Eds), Handbook of child psychology: Socialization, personality and social development 4, 1-101. New York: Wiley.

Manzo Velásquez, J. A. y Cordón Mechón, E. J. (2024). *La crianza respetuosa como forma de ejercer la paternidad* [Tesis de licenciatura, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio Institucional de la Universidad de San Carlos de Guatemala. http://www.repositorio.usac.edu.gt/id/eprint/20897

Martínez Lanuza, L. M., Maltez Gutiérrez, K. R. y Mendoza Rivera, V. D. (2021). *Los Modelos de crianza y su incidencia en el comportamiento de los estudiantes de 7mo grado en*

el colegio Metodista Libre II, semestre del 2020 [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua]. Repositorio Institucional - RIUMA. https://repositorio.unan.edu.ni/16196/

Merino, S. y Arndt S. (2004). Análisis factorial confirmatorio de la escala de estilos de crianza de Steinberg: valides preliminar de constructo. *Revista de psicología, 22*(2), 189-214. https://doi.org/10.18800/psico.200402.002

Minuchin, S. (2001). *Familias y terapia familiar*. Editorial Gedisa.

Moreno Arrieta, L. E. y Moreno, J. E. (julio-septiembre de 2023). Modelos teóricos y métodos de evaluación de la regulación emocional. *Dominio De Las Ciencias, 9*(3), 835–855. https://doi.org/10.23857/dc.v9i3.3474

Nava Andrade, S. (2021). *Escala de regulación emocional para jóvenes y adultos: desarrollo y análisis de sus propiedades psicométricas.* [Tesis de maestría, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia, México]. Repositorio Institucional – UMSNH

http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/6449

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021). *Salud mental del adolescente*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health?gad_source=1&gclid=CjwKCAjw9cCyBhBzEiwAJTUWNYgHxNHTgdVXjvf2h-IW5CPgP_2dlvRHM26QJqlNccuRuDzYIoyvjhoCVtsQAvD_BwE

Papalia, D. E., Feldman, R. D. y Martorell, G. (2012). *Desarrollo Humano* (Duodécima ed.). McGRAW-HILL.

Rafael García, R. y Castañeda Bermejo, S. (2021). *Revisión teórica de los estilos de crianza parental.* [Tesis de bachiller en psicología, Universidad Continental, Escuela Académico Profesional de Psicología, Lima, Perú]. Repositorio Institucional - Continental. https://hdl.handle.net/20.500.12394/8703

Robinson, C., Mandleco, B., Olsen, S. F. & Hart, C. H. (1995). Authoritative, Authoritarian, and Permissive Parenting Practices: Development of a New Measure. *Psychological Reports, 77*(3), 819–830. https://doi.org/10.2466/pr0.1995.77.3.819

Robinson, C., Mandleco, B., Olsen, S. F. & Hart, C. H. (2001). The parenting styles and dimensions questionnaire (PSDQ). *Handbook of family measurement techniques 3,* 319-321.

Romero, L. y del Cisne, M. (2023). *Relación de los padres en la práctica de la crianza positiva y su influencia en el desarrollo emocional de los hijos: portafolio reflexivo digital.* [Tesis de maestría, Universidad Casa Grande, Departamento de Posgrado, Ecuador]. Repositorio Institucional - Universidad Casa Grande. http://dspace.casagrande.edu.ec:8080/handle/ucasagrande/4861

Ruesta, A. C. (2020). *Revisión teórica de la regulación emocional* [Tesis de bachiller en psicología, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Perú]. Repositorio Institucional - USAT. http://hdl.handle.net/20.500.12423/3133

Ruiz Olabuénaga, J. I. (2012). *Metodología de la investigación cualitativa* (5ª ed.). Publicaciones de la Universidad de Deusto.

Saavedra Sánchez, T. I. (2019). *Influencia de los estilos de crianza y creencias sobre la etapa de la adolescencia de los padres del Instituto Justo Arosemena.* [Tesis de licenciatura, Universidad Especializada de las Américas, Panamá]. Repositorio Institucional – RIUDELAS. https://doi.org/10.57819/rgr1-em72

Segura Angeles, K. J. (2021). *Estilos de crianza e inteligencia emocional en adolescentes de una institución educativa privada del nivel secundario lambayeque.* Universidad Señor de Sipán. Pimentel, Perú] Repositorio Institucional – USS https://hdl.handle.net/20.500.12802/8889

Steinberg, L. (2001). *Escala de estilo de crianza de Steinberg*. Chiclayo, Perú [Archivo PDF].

Steinberg, L., Lamborn, S. D., Mounts, N. S. & Dornbusch, S. M. (1991). Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families. *Child Development 62*(5), 1049-1065. https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1991.tb01588.x

Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2/3), 25. https://doi.org/10.2307/1166137

Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: Two sides of the developing coin. *Emotion Review, 3*(1), 53-61. https://doi.org/10.1177/1754073910380969

Tobar Viera, A. y Lara-Machado, R. (30 de junio de 2023). Funcionamiento familiar y su relación con la regulación emocional en adolescentes de la ciudad de Ambato. *Revista Ecos de la Academia, 9*(17), 83-101. https://doi.org/10.53358/ecosacademia.v9i17.835

UNICEF. (2021). *Preguntas_crianza_positiva.pdf.* México. [Archivo PDF]. https://www.unicef.org/mexico/media/6111/file/Preguntas_crianza_positiva.pdf

Universidad Católica Redemptoris Mater [UNICA]. (2021). *Normas APA: Información en la Era Digital*. Coordinación de Investigación [Archivo PDF].

Velasquez Quispe, M. (2020). *Estilos de crianza: una revisión teórica* [Tesis de bachiller en psicología, Universidad Señor de Sipán, Pimentel, Perú]. https://hdl.handle.net/20.500.12802/7286

Anexos

Anexo 1. Escala de Estilo de Crianza de Steinberg (2001)

Nombre y apellido: _____

Edad: _____ Sexo: _____ Grado: _____

Vivo con: _____

Instrucciones:

Este cuestionario está diseñado para conocer tu percepción sobre cómo tus padres te han criado. Por favor, responde a cada una de las siguientes preguntas de la manera más honesta posible. No hay respuestas correctas o incorrectas; lo importante es tu experiencia y opinión personal. Para cada afirmación, selecciona la opción que mejor refleje tu grado de acuerdo con la misma, marcándola con una "X". Una sola respuesta por afirmación.

1. **Puedo contar con la ayuda de mis padres si tengo algún tipo de problema.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo
2. **Mis padres dicen o piensan que uno no debería discutir con los adultos.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

3. **Mis padres me animan para que haga lo mejor que pueda en las cosas que yo haga.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

4. **Mis padres dicen que uno debería no seguir discutiendo y ceder, en vez de hacer que la gente se moleste con uno.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

5. **Mis padres me animan para que piense por mí mismo.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

6. **Cuando saco una baja nota en el colegio, mis padres me hacen la vida "difícil".**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

7. **Mis padres me ayudan con mis tareas escolares si hay algo que no entiendo.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

8. **Mis padres me dicen que sus ideas son correctas y que yo no debería contradecirlas.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

9. **Cuando mis padres quieren que haga algo, me explican por qué.**
   - Muy en desacuerdo
   - Algo en desacuerdo
   - Algo de acuerdo
   - Muy de acuerdo

10. **Siempre que discuto con mis padres, me dicen cosas como, "Lo comprenderás mejor cuando seas mayor".**
    - Muy en desacuerdo
    - Algo en desacuerdo
    - Algo de acuerdo
    - Muy de acuerdo

11. **Cuando saco una baja nota en el colegio, mis padres me animan a tratar de esforzarme.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

12. **Mis padres no me dejan hacer mis propios planes y decisiones para las cosas que quiero hacer.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

13. **Mis padres conocen quiénes son mis amigos.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

14. **Mis padres actúan de una manera fría y poco amigable si yo hago algo que no les gusta.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

15. **Mis padres dan de su tiempo para hablar conmigo.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

16. **Cuando saco una baja nota en el colegio, mis padres me hacen sentir culpable.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

17. **En mi familia hacemos cosas para divertirnos o pasarla bien juntos.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

18. **Mis padres no me dejan hacer algo o estar con ellos cuando hago algo que a ellos no les gusta.**

- Muy en desacuerdo
- Algo en desacuerdo
- Algo de acuerdo
- Muy de acuerdo

19. **En una semana normal, ¿cuál es la última hora hasta donde puedes quedarte fuera de la casa de LUNES A JUEVES?**

    - No estoy permitido
    - Antes de las 8:00 pm
    - 8:00 pm a 8:59 pm
    - 9:00 pm a 9:59 pm
    - 10:00 pm a 10:59 pm
    - 11:00 pm a más
    - Tan tarde como yo decida

20. **En una semana normal, ¿cuál es la última hora hasta donde puedes quedarte fuera de la casa en un VIERNES O SÁBADO POR LA NOCHE?**

    - No estoy permitido
    - Antes de las 8:00 pm
    - 8:00 pm a 8:59 pm
    - 9:00 pm a 9:59 pm
    - 10:00 pm a 10:59 pm
    - 11:00 pm a más
    - Tan tarde como yo decida

21. **¿Qué tanto tus padres TRATAN de saber dónde vas en la noche?**

    - No tratan
    - Tratan un poco
    - Tratan bastante

22. **¿Qué tanto tus padres TRATAN de saber lo que haces con tu tiempo libre?**

- No tratan
- Tratan un poco
- Tratan bastante

23. ¿Qué tanto tus padres TRATAN de saber dónde estás mayormente en las tardes después del colegio?

- No tratan
- Tratan un poco
- Tratan bastante

24. ¿Qué tanto tus padres REALMENTE saben dónde vas en la noche?

- No tratan
- Tratan un poco
- Tratan bastante

25. ¿Qué tanto tus padres REALMENTE saben lo que haces con tu tiempo libre?

- No tratan
- Tratan un poco
- Tratan bastante

26. ¿Qué tanto tus padres REALMENTE saben dónde estás mayormente en las tardes después del colegio?

- No tratan
- Tratan un poco
- Tratan bastante

27. ¿Tengo dispositivo móvil (celular)?

- Si
- No

28. ¿Mis padres pueden revisar mi dispositivo móvil en cualquier momento?

- Si
- No

29. ¿Mi dispositivo móvil cuenta con control parental y esta activado?

- Si
- No

30. En una semana normal, ¿cuál es la última hora hasta donde puedes utilizar tu dispositivo móvil de LUNES A JUEVES?

- No estoy permitido
- Antes de las 8:00 pm
- 8:00 pm a 8:59 pm
- 9:00 pm a 9:59 pm
- 10:00 pm a 10:59 pm
- 11:00 pm a más
- Tan tarde como yo decida

31. En una semana normal, ¿cuál es la última hora hasta donde puedes utilizar tu dispositivo móvil en un VIERNES O SÁBADO POR LA NOCHE?

- No estoy permitido
- Antes de las 8:00 pm
- 8:00 pm a 8:59 pm
- 9:00 pm a 9:59 pm
- 10:00 pm a 10:59 pm
- 11:00 pm a más
- Tan tarde como yo decida

Anexo 2. Escala de Autorregulación Emocional para Jóvenes y Adultos de Nava (2021)

Nombre y apellido: _____

Edad: _____ Sexo: _____ Grado: _____

Instrucciones:

A continuación, encontrarás una serie de afirmaciones relacionadas con cómo manejas tus emociones. Lee cada afirmación cuidadosamente y marca con una "X" la respuesta que mejor refleje tu acuerdo o desacuerdo con cada una de ellas. Una sola respuesta por afirmación. Este cuestionario está diseñado para evaluar cómo manejas y regulas tus emociones en diversas situaciones. Por favor, responde a cada una de las siguientes afirmaciones de acuerdo a tu propia experiencia y frecuencia con que realizas cada acción.

1. **Evito los pensamientos que me provocan enojo o tristeza.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre
2. **Evito ir a los lugares que me produce tristeza.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

3. **Cuando sé que alguna situación me provocará tristeza, procuro evitarla.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

4. **Cuando estoy alegre, evito tener pensamientos negativos que puedan influir en mi estado de ánimo.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

5. **Prefiero dejar de ver una película de terror para evitar sentir miedo.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

6. **Evito situaciones que me causan miedo.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

7. **Evito pensamientos que me provocan miedo.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

8. **Cuando estoy alegre, realizo actividades que me ayuden a mantener ese estado de ánimo.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

9. **Cuando me siento triste modifico mis pensamientos por otros que me hagan sentir mejor.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

10. **Cuando me siento triste, realizo acciones agradables para sentirme mejor.**
    - Nunca
    - Raramente
    - A veces
    - Frecuentemente
    - Siempre

11. Cuando noto que algo me está molestando, trato de modificar mis pensamientos.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

12. Cuando estoy disfrutando el momento hago cosas para aumentar el disfrute.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

13. Para mantener un estado de alegría, realizo acciones que me ayuden a hacerlo.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

14. Cuando algo me molesta, centro mi atención en pensamientos positivos para sentirme mejor.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

15. Analizo las ventajas y desventajas de una situación desagradable para manejarla mejor, antes de enfrentarla.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

16. Cuando me ocurren situaciones molestas o desagradables evalúo de qué manera me afectan y lo que puedo rescatar de esta experiencia.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

17. Analizo que tan peligrosa puede ser una situación que me causa miedo.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

18. Puedo disimular u ocultar mi tristeza.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

19. Puedo controlar cualquier señal de miedo.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

20. Cuando un momento me provoca tristeza, prefiero disimular y no expresarlo.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

21. Cuando me enojo, hago lo imposible por contenerme y no demostrarlo.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

22. Cuando tengo una emoción intensa, procuro que mi expresión facial no la refleje.

- Nunca
- Raramente
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

Anexo 3. Grupo focal sesión 3: Estilos de crianza

Características Generales

Objetivo: Explorar la percepción que tienen los estudiantes sobre cómo los estilos de crianza influencian su capacidad de autorregulación emocional, a través de las dimensiones de Compromiso, Control Conductual y Autonomía Psicológica.

Duración: 90 minutos

Participantes: 12 estudiantes de séptimo y octavo grado.

Materiales:

- Hojas en blanco
- Colores, pega, revistas
- Grabadora o dispositivo para grabar la sesión (con el consentimiento previo de los participantes).
- Snacks y bebidas para los participantes.

Estructura del Grupo Focal

Introducción (10 minutos)

- Los participantes líderes se presentan y explican brevemente el objetivo.
- Se explican las normas de participación, con énfasis en la confidencialidad, el juicio y el respeto.
- Icebreaker: Cada estudiante dice su nombre y algo que le guste hacer, para crear un ambiente relajado y abierto.
- Se le entrega una hoja en blanco a cada participante para que vaya anotando lo solicitado.

Dimensión: Compromiso (25 minutos)

Actividad: Lluvia de Ideas y Discusión

Lluvia de Ideas (10 minutos): Los estudiantes escriben en papeles grandes las palabras o frases que asocian con el "compromiso" en el contexto de la relación con sus padres. Luego, cada uno comparte sus ideas con el grupo.

Discusión Guiada (15 minutos): Se facilita una discusión sobre cómo sienten que sus padres se comprometen emocionalmente con ellos. Se pueden hacer preguntas como:

- ¿Cuándo te sientes más apoyado emocionalmente por tus padres?
- ¿Cómo crees que el compromiso de tus padres influye en cómo manejas tus emociones?
- ¿Qué tan comprometidos crees que están tus padres cuando se trata de algo relacionado a tus emociones?
- ¿Existen momentos en los que no te sientes emocionalmente conectado con tus padres? ¿Cómo te afecta esto?
- ¿Cuándo necesito de mis padres, ellos reaccionan rápido a mi necesidad?

Dimensión: Control Conductual (25 minutos)

Actividad: Mapa de Control

Creación de un Mapa de Control (10 minutos): Cada estudiante dibuja un "mapa" de su hogar donde identifican las reglas y límites más importantes que existen en su familia. Usan diferentes colores y símbolos para representar reglas estrictas, flexibles o inexistentes.

Presentación y Discusión (15 minutos): Los estudiantes presentan sus mapas al grupo, explicando cómo estas reglas y límites influyen en su comportamiento y en su capacidad para manejar las emociones. Algunas preguntas para guiar la discusión incluyen:

- ¿Cómo te afectan las reglas y límites de tu hogar en tu vida diaria?
- ¿Sientes que tienes la capacidad de negociar o cambiar alguna regla? ¿Cómo impacta esto en tu autorregulación emocional?
- ¿Cómo reaccionas cuando sientes que las reglas son demasiado estrictas o flexibles?

Dimensión: Autonomía Psicológica (25 minutos)

Actividad: La Rueda de la Autonomía

Creación de una Rueda de la Autonomía (10 minutos): Cada estudiante dibuja una rueda dividida en secciones, donde cada sección representa un aspecto de su vida (por ejemplo, amigos,

escuela, decisiones personales, emociones). En cada sección, marcan hasta qué punto sienten que tienen autonomía o independencia.

Presentación y Discusión (15 minutos): Los estudiantes comparten sus ruedas con el grupo y discuten en qué áreas sienten más o menos autonomía. Se puede guiar la discusión con preguntas como:

- ¿En qué aspectos de tu vida sientes que tienes más libertad para tomar decisiones?
- ¿Cómo te afecta emocionalmente cuando no puedes tomar decisiones por ti mismo?
- ¿Crees que la autonomía que tienes en ciertas áreas te ayuda a manejar mejor tus emociones?

Reflexión Grupal y Cierre (10 minutos)

Reflexión (5 minutos): Los estudiantes reflexionan sobre lo que han aprendido en cada una de las dimensiones y cómo sus experiencias se relacionan con su capacidad para manejar sus emociones.

Preguntas de Cierre (5 minutos):

- ¿Qué cambios crees que podrían mejorar tu capacidad para manejar las emociones?

Cierre: Agradecimientos a los participantes, resumen de lo discutido, y explicación de los próximos pasos.

Este esquema permite que cada dimensión sea explorada en profundidad a través de actividades específicas, lo que debería proporcionar información valiosa y diversa sobre cómo los estudiantes perciben la influencia de los estilos de crianza en su autorregulación emocional.

Anexo 4. Grupo focal sesión 4: Autorregulación Emocional

Características Generales

Objetivo: Explorar y entender cómo los estudiantes manejan sus emociones a través de las dimensiones de Reevaluación Cognitiva y Supresión Emocional.

Duración: 90 minutos

Participantes: 12 estudiantes de séptimo y octavo grado.

Materiales:

- Hojas en blanco
- Lápices y colores
- Grabadora o dispositivo para grabar la sesión (con el consentimiento previo de los participantes)
- Cartulinas y marcadores
- Snacks y bebidas para los participantes

Estructura del Grupo Focal

Introducción (5 minutos)

- Presentación breve del facilitador y del objetivo del grupo focal.
- Explicación de las normas básicas de participación, subrayando la importancia de la confidencialidad y el respeto.
- Breve Icebreaker: Cada estudiante comparte una emoción que sintió hoy.

Dimensión: Reevaluación Cognitiva (20 minutos)

Actividad: Cambio de Perspectiva

Descripción: Se presenta a los estudiantes una situación hipotética que podría causar estrés o emociones negativas.

- Reprobar una asignatura
- No me dejan ir a la fiesta que tanto deseaba

Instrucción: Los estudiantes escriben brevemente cómo se sentirían y qué pensarían en esa situación. Luego, se les pide que reevalúen la situación y piensen en una manera positiva de verla (por ejemplo, "es una oportunidad para mejorar").

Discusión: Los estudiantes comparten sus respuestas, y el facilitador guía una discusión sobre cómo cambiar la forma en que pensamos sobre una situación puede afectar cómo nos sentimos. Preguntas para guiar la discusión:

- ¿Te costó cambiar de parecer?
- ¿Cómo te sentiste cuando cambiaste tu forma de pensar sobre la situación?
- ¿Puedes recordar un momento en tu vida en el que revaluaste una situación y eso cambió cómo te sentías?
- ¿Crees que la revaluación cognitiva es una herramienta útil para manejar tus emociones?

Dimensión: Supresión Emocional (20 minutos)

Actividad: Expresión o Supresión

Descripción: Se presenta a los estudiantes otra situación hipotética que podría provocar emociones intensas (por ejemplo, tener un desacuerdo con un amigo). Se les pide que piensen en dos maneras de manejar la situación: una en la que expresan sus emociones y otra en la que las suprimen.

Instrucción: Los estudiantes escriben cómo creen que se sentirían y qué consecuencias podrían tener cada una de las opciones (expresión vs. supresión).

Discusión: Los estudiantes comparten sus reflexiones, y el facilitador guía una discusión sobre los pros y contras de la supresión emocional. Preguntas para guiar la discusión:

- ¿Qué crees que podría pasar si siempre suprimimos nuestras emociones?
- ¿Hay situaciones en las que la supresión emocional es útil? ¿Cuáles?
- ¿Cómo te sientes después de haber suprimido una emoción en lugar de haberla expresado?

Reflexión y Cierre (5 minutos)

Reflexión Grupal: Los estudiantes reflexionan sobre lo que han aprendido sobre la revaluación cognitiva y la supresión emocional.

Pregunta de Cierre:

- "¿Qué estrategias te parecen más efectivas para manejar tus emociones en el día a día?"

Cierre: Agradecimiento a los participantes y breve resumen de las ideas discutidas.

Este enfoque proporciona un marco claro para explorar cómo los estudiantes manejan sus emociones mediante la revaluación cognitiva y la supresión emocional, permitiendo una discusión rica y reflexiva en un tiempo limitado.

Anexo 5. Consentimiento Informado Tutores Legales

Yo _____ representante legal del alumno/a: _____ autorizo:

Que mi hijo/a participe en la investigación que están realizando los estudiantes del quinto año de la carrera de Psicología de la Universidad Católica Redemptoris Mater (UNICA), Marco Sarra (20200261), Silvia Solís (20200060) y Giovanni Miranda (20200147), titulada “Estilos de crianza en la autorregulación emocional”, la cual tiene como objetivo general **analizar la influencia de los estilos de crianza en el desarrollo de la autorregulación emocional para la creación de una propuesta metodológica de acompañamiento para padres basada en el respeto de las emociones de sus hijos.**

Para realizar esta investigación se aplicarán la “Escala de Estilos de Crianza de Steinberg” y la “Escala de Regulación Emocional para Jóvenes y Adultos”, además se trabajará con un grupo focal. La participación de mi hijo/a es voluntaria y puede tomar la decisión de retirarse o seguir siendo parte del estudio en el momento que yo o el/ella estime necesario. Los resultados de este estudio son confidenciales y se mantendrá siempre el respeto a salvaguardar la identidad de mi hijo/a.

Número de cedula _____

Firma tutor_____

Anexo 6. Consentimiento Informado para Autoridades Preparatoria UNICA

Managua, 08 de agosto 2024.

Directora Ana María Selva,
Preparatoria UNICA

Estimada MSc. Selva,

Nos permitimos dirigirnos a usted en nuestra condición de estudiantes de Psicología Sabatino en UNICA y en el proceso de culminación de nuestros estudios universitarios. Actualmente, estamos desarrollando nuestra monografía titulada "Estilos de Crianza en la Autorregulación Emocional", cuyo objetivo general es analizar la influencia de los estilos de crianza en el desarrollo de la autorregulación emocional para la creación de una propuesta metodológica de acompañamiento para padres basada en el respeto de las emociones de sus hijos.

Hemos seleccionado a los alumnos de Preparatoria UNICA como la población ideal para llevar a cabo esta investigación, dadas las características específicas y relevantes de estos grupos de edad en el desarrollo emocional y social. En este sentido, solicitamos cordialmente su autorización para aplicar dos instrumentos de evaluación en esta población: la Escala de Estilos de Crianza de Steinberg y la Escala de Autorregulación Emocional para Jóvenes y Adultos, junto con la realización de grupos focales con los estudiantes.

Queremos asegurarles que toda la información recogida se manejará de manera anónima y será utilizada exclusivamente con fines académicos, garantizando la confidencialidad y privacidad de los participantes. Tras obtener su autorización, nos comprometemos a enviar un consentimiento informado a los tutores de cada uno de los estudiantes involucrados, asegurando así la transparencia y el cumplimiento de los estándares éticos requeridos.

Agradecemos de antemano la apertura y el apoyo que Preparatoria UNICA pueda ofrecer para la realización de este estudio, que no solo contribuirá significativamente a nuestra formación académica sino que también aportará insights valiosos sobre el impacto de los estilos de crianza en el bienestar emocional y el desarrollo de los adolescentes.

Esperamos tener la oportunidad de discutir este proyecto en más detalle y quedo a la espera de su aprobación para proceder con las etapas siguientes.

Gracias por considerar nuestra solicitud.

Atentamente,

Marco Sarra
Giovanni Miranda
Silvia Solís

Firma de recibido

_____

Anexo 7. Programa de Formación Integral para Padres de Familia

"Fortaleciendo el desarrollo emocional de los adolescentes: estrategias de inteligencia emocional y crianza respetuosa"

Contexto del proyecto

La Preparatoria UNICA es una institución educativa reconocida en Nicaragua por su compromiso con el desarrollo integral de sus estudiantes, destacando la importancia de la colaboración entre padres y escuela para enfrentar los desafíos contemporáneos de los adolescentes. Estos desafíos incluyen el manejo de la tecnología y redes sociales, los cambios en la estructura familiar y la carencia de estrategias efectivas de crianza.

En un contexto cada vez más digital y globalizado, se hace fundamental brindar a los padres herramientas que promuevan una crianza respetuosa y la implementación de disciplina positiva, facilitando así el desarrollo emocional y social de los adolescentes.

Este programa de formación se enfoca en mejorar las competencias parentales a través de estrategias que promuevan una comunicación efectiva, límites saludables, y un ambiente familiar positivo y consciente. Esto permitirá a los padres acompañar a sus hijos en una etapa de cambios significativos a nivel emocional y cerebral, contribuyendo a su bienestar y desarrollo de habilidades emocionales esenciales.

Descripción del entorno

Este proyecto será implementado con los padres y madres de los estudiantes de séptimo y octavo grado de Preparatoria UNICA, quienes están en una fase crucial del desarrollo adolescente. Esta etapa se caracteriza por cambios notables a nivel cerebral, social y emocional, en la cual el apoyo parental es vital para fortalecer la inteligencia emocional y el bienestar de los adolescentes.

Objetivo General

Fomentar en los padres de estudiantes de séptimo y octavo grado de Preparatoria UNICA la comprensión y adopción de estrategias de crianza que promuevan tanto la inteligencia emocional como la autonomía psicológica, a través de conocimientos sobre el cerebro adolescente, la supresión emocional y la importancia de un estilo de crianza que facilite la autoexpresión.

Objetivos Específicos

- Profundizar en el conocimiento sobre el desarrollo cerebral en la adolescencia y cómo impacta en las emociones, en la capacidad de autorregulación y en la tendencia hacia la supresión emocional.
- Sensibilizar sobre la importancia de la inteligencia emocional y la autonomía en los adolescentes y su relación directa con el bienestar emocional, así como con el desarrollo de habilidades de enfrentamiento de desafíos y toma de decisiones.
- Proveer estrategias prácticas para fomentar la autoexpresión emocional y la autonomía en sus hijos, utilizando la comunicación asertiva, un balance de apoyo y estructura, y técnicas para evitar la supresión emocional.
- Capacitar a los padres en técnicas específicas de crianza respetuosa, que combinen límites claros y apoyo emocional constante, con el fin de contrarrestar las tendencias a la baja autonomía y la supresión emocional observadas en sus hijos.

El proyecto se fundamenta en la educación respetuosa, la cual promueve el respeto por las emociones y el desarrollo emocional de los adolescentes. Basado en los principios de la inteligencia emocional, este enfoque permitirá a los padres comprender mejor los cambios cerebrales de sus hijos y aplicar estrategias prácticas de acompañamiento.

Metodología

Para incorporar estos aspectos específicos, el programa se ampliará en algunos puntos críticos, proporcionando herramientas y prácticas para abordar directamente la baja autonomía y la supresión emocional de los adolescentes.

Tabla 5

Plan de Intervención para Formación Integral para Padres de Familia

Sesión	Tema	Objetivo	Proceso
1	El cerebro adolescente y la importancia de la autonomía psicológica	Explicar cómo el desarrollo cerebral influye en la impulsividad, las respuestas emocionales intensas y la necesidad de autonomía y su relevancia en esta etapa.	Se abordarán las funciones del lóbulo prefrontal y el sistema límbico, y cómo una crianza que facilita la autonomía puede contribuir al desarrollo de estas.
2	La inteligencia emocional y la expresión emocional saludable	Sensibilizar sobre la importancia de la inteligencia emocional y el impacto negativo de la supresión emocional.	Se discutirán los riesgos de la supresión emocional en la adolescencia, y se proporcionarán estrategias para ayudar a los adolescentes a expresar sus emociones de manera saludable en un entorno seguro.
3	Estrategias para fortalecer la inteligencia emocional y la autonomía	Proveer herramientas prácticas para fomentar tanto la inteligencia emocional como la autonomía en sus hijos.	Se enseñarán técnicas de comunicación efectiva, la práctica de la toma de decisiones compartida y la promoción de la autonomía a través de la asignación de responsabilidades adecuadas para su edad. Se enfatizará cómo un balance entre límites y apoyo fomenta la autonomía y reduce la dependencia emocional.

Sesión	Tema	Objetivo	Proceso
4	Habilidades socioemocionales y autorregulación	Explicar cómo el autocontrol, la responsabilidad y la toma de decisiones son esenciales para el desarrollo autónomo y la expresión emocional.	Los padres aprenderán a aplicar estrategias de autorregulación y modelado de calma, además de técnicas para reforzar la autonomía de manera constructiva, tales como la práctica de retroalimentación positiva y el refuerzo de la expresión emocional.

Nota. El plan de intervención fue elaborado mediante la triangulación de los resultados obtenidos en el estudio y la revisión bibliográfica en el área de desarrollo adolescente. Creación propia.

Plan de Acción

Preparación y Comunicación

- Redacción de la convocatoria y creación de materiales de apoyo.
- Confirmación de fechas y recursos necesarios para las charlas y talleres.
- Envío de la convocatoria a los padres mediante los canales oficiales de comunicación de la institución.

Desarrollo de las Charlas y Talleres

Primera Charla: El cerebro adolescente y la importancia de la autonomía psicológica

- Recepción de padres y presentación del tema.
- Sesión interactiva de preguntas y entrega de folletos informativos que detallen el desarrollo cerebral y su relación con la autonomía en la adolescencia.
- Actividad de auto reflexión en la que los padres identificarán prácticas actuales que podrían estar limitando la autonomía de sus hijos.

Segunda Charla: La inteligencia emocional y la expresión emocional saludable

- Repaso de los conceptos clave de inteligencia emocional y su impacto en el desarrollo adolescente.

- Dinámicas en las que los padres participarán en ejercicios de identificación y manejo emocional, modelando el proceso para sus hijos.
- Actividades prácticas que ayuden a los padres a fomentar un entorno familiar donde la autoexpresión emocional sea segura y promovida.

Tercera Charla: Estrategias para fortalecer la inteligencia emocional y la autonomía

- Taller práctico en el que se proporcionarán herramientas para permitir la autonomía en situaciones controladas y para motivar la autoexpresión de los adolescentes.
- Feedback de los padres sobre las estrategias aplicadas en casa y revisión de su efectividad en mejorar la comunicación y autonomía de los adolescentes.
- Enseñanza de técnicas de escucha activa, empatía y resolución de conflictos, aplicadas a la relación con sus hijos.

Cuarta Charla: Habilidades socioemocionales y autorregulación

- Dinámica grupal en la que se reflexionará sobre el impacto de las habilidades socioemocionales en la convivencia familiar.
- Evaluación del impacto de los cambios aplicados en el hogar, permitiendo que los padres compartan sus experiencias y ajusten sus estrategias con base en los resultados observados.
- Introducción de estrategias de autorregulación, autocontrol y toma de decisiones, así como técnicas para reforzar la autonomía y la expresión emocional en los adolescentes.

<u>Certificación de Participación</u>

- Al finalizar el programa, se entregará a los padres un certificado de participación que acredite su asistencia y compromiso con el desarrollo emocional y autónomo de sus hijos.

<u>Evaluación</u>

- Aplicación de encuestas de satisfacción y progreso al término de cada sesión para medir la comprensión de los conceptos y habilidades adquiridas.

- Realización de entrevistas o cuestionarios post programa con el fin de evaluar el impacto en la autoexpresión y autonomía de los adolescentes, según la percepción de los padres.
- Envío de recursos adicionales de seguimiento, que incluyan estrategias de refuerzo para aplicar en el hogar y recomendaciones para próximos talleres.

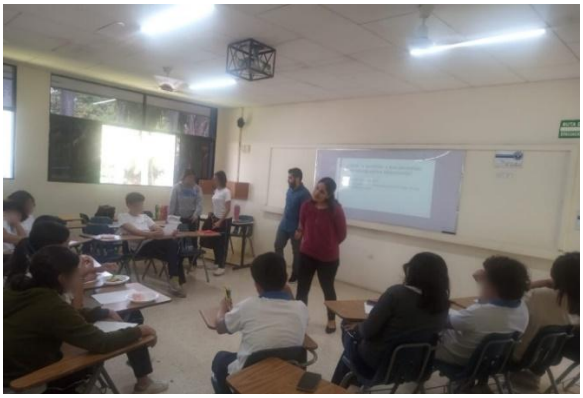
Seguimiento Adicional

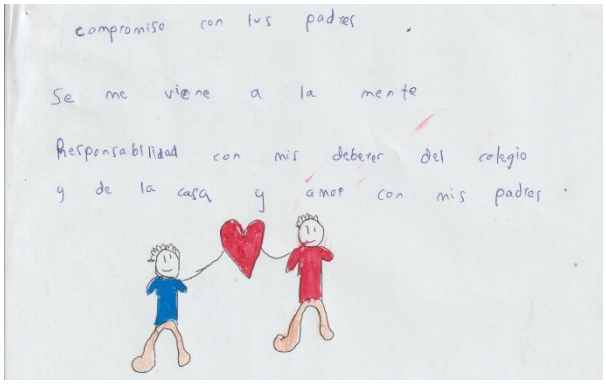
- Organización de sesiones de seguimiento o encuentros de grupo a los tres y seis meses posteriores al programa, con el objetivo de brindar a los padres la oportunidad de compartir sus experiencias y recibir orientación sobre cualquier reto que enfrenten en la aplicación de las estrategias aprendidas.
- Generación de informes de avance y recomendaciones individuales para cada familia, con base en la observación de cambios en el ambiente familiar y en la relación con sus hijos adolescentes.

Conclusiones Esperadas

Con este programa, se espera fortalecer la relación entre padres e hijos, promoviendo la inteligencia emocional y el desarrollo de habilidades socioemocionales. Esto contribuirá a una mejor convivencia escolar y a un ambiente familiar armonioso, donde los estudiantes se sientan apoyados en su proceso educativo y desarrollo personal. La adolescencia es la última oportunidad para reparar.

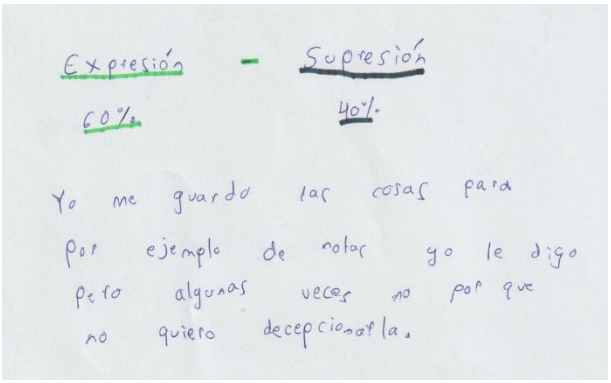
Anexo 8. Fotos e Imágenes de las Actividades Realizadas




compromiso con los padres.

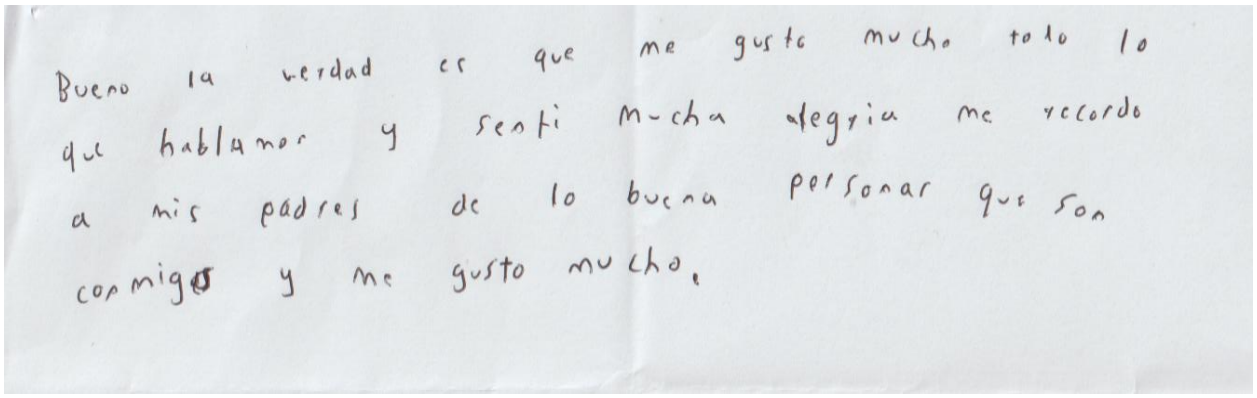
Se me viene a la mente

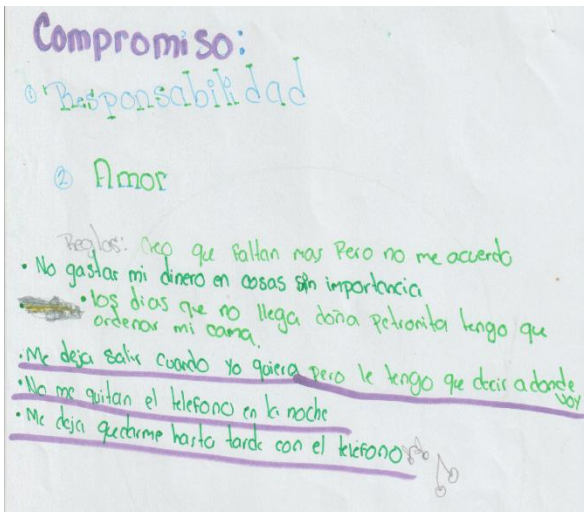
Responsabilidad con mis deberes del colegio y de la casa y amor con mis padres.


Expresión - Supresión

60% 40%

Yo me guardo las cosas para por ejemplo de notas yo le digo pero algunas veces no por que no quiero decepcionarla.


Bueno la verdad es que me gusto mucho todo lo que hablamos y senti mucha alegria me recordo a mis padres de lo buena personas que son conmigo y me gusto mucho.

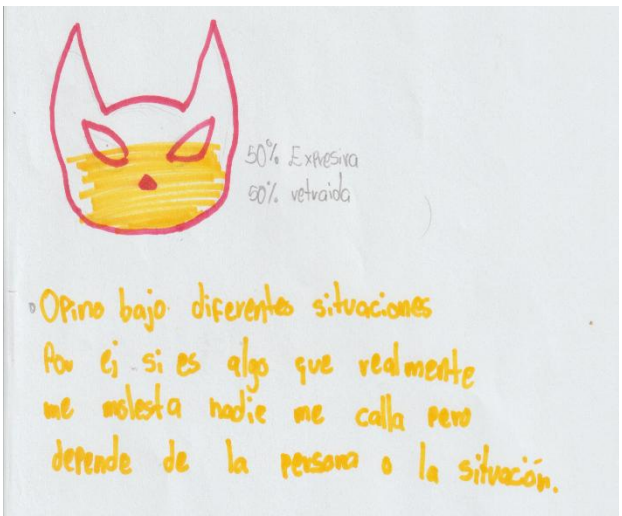

Compromiso:

① Responsabilidad

② Amor

Reglas: Creo que faltan mas Pero no me acuerdo

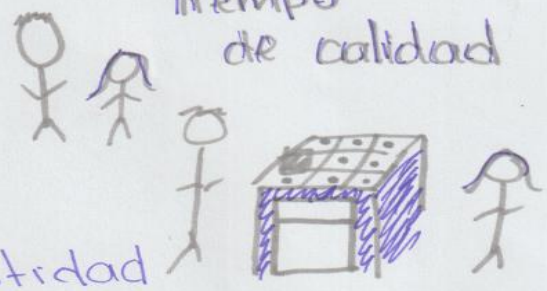
- No gastar mi dinero en cosas sin importancia
- los dias que no llega doña Petronita tengo que ordenar mi cuarto.
- Me deja salir cuando yo quiera pero le tengo que decir a donde voy
- No me quitan el telefono en la noche
- Me deja quedarme hasta tarde con el telefono


50% Expresiva

50% retraida

Opino bajo diferentes situaciones Por ej. si es algo que realmente me molesta hadie me calla pero depende de la persona o la situación.

Amor
Educación
Diversión
Atención Honestidad
Confianza Cariño

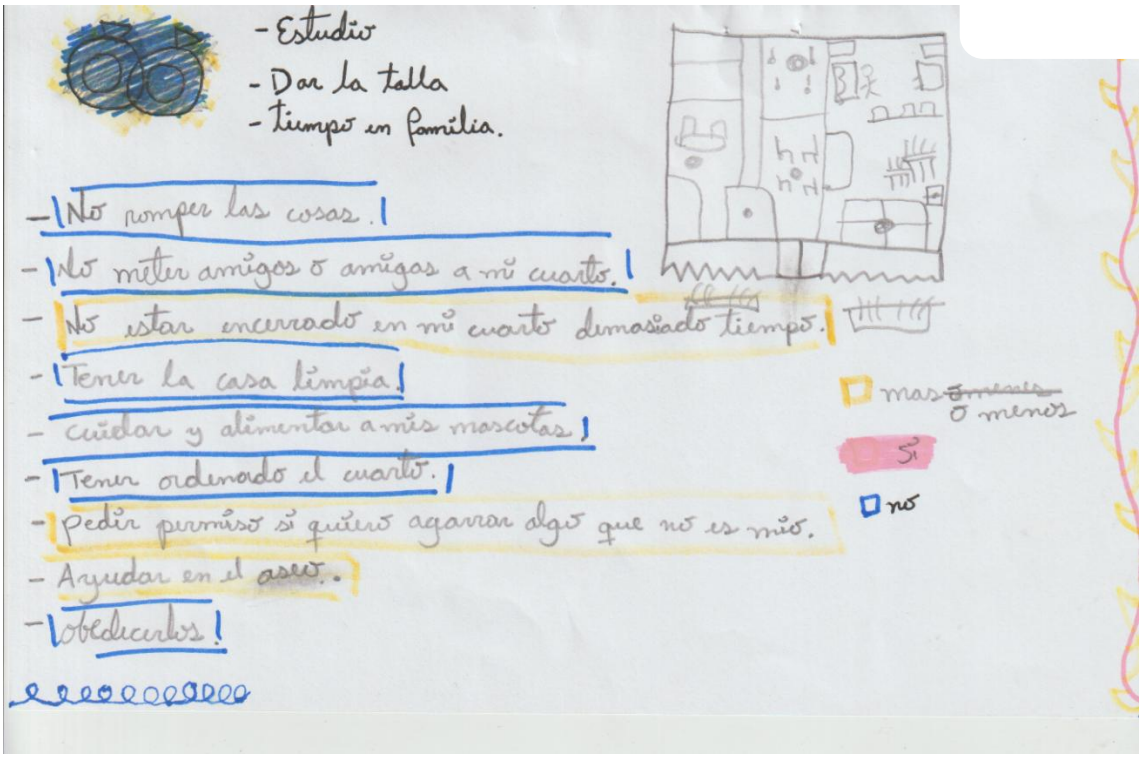


Tiempo de calidad

Limpiar mi cuarto - no negociable
Ayudar en casa - Flexible un poquito si
Comer lo que hay - flexible
Hora limite con electronicos - inexistente
Respeto de privacidad - no negociable
Limite de salidas - negociable
Hacer tarea - inexistente
Hora de llegada a casa - flexible
Orden - no negociable
Hora de comer sin electronicos - flexible
Higene - no negociable

yo soy asi porque algunos profesores o personas en general lo pueden ver como una falta de respeto, ya sean mayor o de mi edad, y tambien porque puede que me de pena o miedo expresar lo que ~~estoy~~ en verdad siento sobre la situación.

No me gusta guardarme las cosas las unicas veces que lo hago es con la directora o con algunos profesores pero con los demas intento ser lo mas sincera y decirles lo que pienso. (en el colegio)



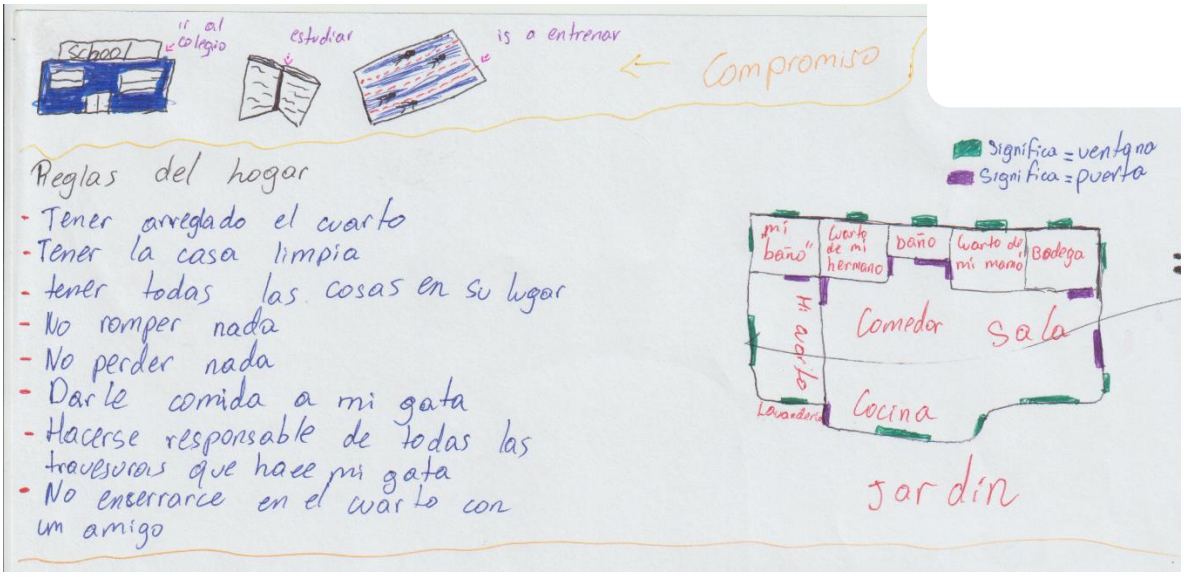
- Senti tristeza por que se me vinieron recuerdos muy fuertes que no les e dicho a mis padres y pues sentí que no estaria lista para decirlo.

- Senti un poco de miedo o anguatia cuando comenzaron a hablar por que no me hubiera gustado interactuar.

- Me senti un poco desconfiada de mis padres pero luego senti que no debi aver pensado en eso por que ellos son perfectos tal y como "son".

- Pero pues todo bien. :)

Nervios y recuerdos de cuando visitaba a mi Psicologa, la verdad yo lo senti mas libiano Porque es mejor expresarte en un hambiente en donde me sienta segura y no en uno donde me pese decir las cosas por miedo a ser juzgada.



Expresión 25%

Supresión 75%

Me expreso un 25% porque siento que todos tenemos derecho a expresar lo que sentimos pero sin faltar el respeto de los demas, y supimo un 75% porque si expreso todo puedo ser grosera y herir los sentimientos de los demas, y eso puede ser un problema a futuro.

DECLARACIÓN DE AUTORIA Y CESIÓN DE DERECHOS DE PUBLICACIÓN

Nosotros, Giovanni de Jesús Miranda Pérez con cédula de identidad 001-290693-0002R, Marco Sarra Habed con cédula de identidad 888-090185-0001J, y Silvia Daniela Solís Fernández con cédula de identidad 001-250590-0013E, egresados del programa académico de Licenciatura en Psicología, declaramos que:

El contenido del presente documento es un reflejo de nuestro trabajo personal, y toda la información que se presenta está libre de derechos de autor, por lo que, ante cualquier notificación de plagio, copia o falta a la fuente original, nos hacemos responsables de cualquier litigio o reclamación relacionada con derechos de propiedad intelectual, exonerando de toda responsabilidad a la Universidad Católica Redemptoris Mater (UNICA).

Así mismo, autorizamos a UNICA por este medio, publicar la versión aprobada de nuestro trabajo de investigación, bajo el título "*Influencia de los estilos de crianza en la autorregulación emocional de los estudiantes de séptimo y octavo grado de la Preparatoria UNICA durante el segundo semestre del 2024*" en el campus virtual y en otros espacios de divulgación, bajo la licencia Atribución-No Comercial-Sin derivados, irrevocable y universal para autorizar los depósitos y difundir los contenidos de forma libre e inmediata.

Todo esto lo hacemos desde nuestra libertad y deseo de contribuir a aumentar la producción científica. Para constancia de lo expuesto anteriormente, se firma la presente declaración en la ciudad de Managua, Nicaragua a los 14 días del mes diciembre de 2024.

Atentamente,

Giovanni de Jesús Miranda Pérez
giomperez@hotmail.es
Firma: _____

Marco Sarra Habed
marcosarra090185@gmail.com
Firma: _____

Silvia Daniela Solís Fernández
Silvia.solisfernandez@gmail.com
Firma: _____