



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA ARGENTINA

“Santa María de los Buenos Aires”

**Facultad de Psicología y Psicopedagogía
Departamento de Psicología**

TRABAJO DE INTEGRACIÓN FINAL

Parentalidad positiva y regulación emocional infantil

Alumna: Florencia Cecilia Felder



Florencia C. Felder

N° de registro: 12-140077-6

Directora: Prof. Lic. Patricia Irene Estevez



Tutora: Dra. Marina Cuello

Buenos Aires, 2023

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	4
1.1 Delimitación Del Objeto De Estudio	4
1.2 Definición Del Problema	7
1.3 Objetivos	7
<i>1.3.1 Objetivo general</i>	<i>7</i>
<i>1.3.2 Objetivos específicos</i>	<i>8</i>
1.4 Fundamentación	8
2. METODOLOGÍA	9
3. DESARROLLO CONCEPTUAL	10
3.1 Estilos Parentales y Parentalidad Positiva	10
<i>3.1.1 Funciones parentales</i>	<i>10</i>
<i>3.1.2 Definición y tipos de estilos parentales de crianza</i>	<i>10</i>
<i>3.1.3 Parentalidad positiva</i>	<i>12</i>
3.2 Regulación Emocional Infantil	16
<i>3.2.1 Definición de regulación emocional</i>	<i>16</i>
<i>3.2.2 Habilidades de regulación emocional</i>	<i>18</i>
<i>3.2.3 Estrategias de regulación emocional</i>	<i>22</i>
3.3 Relación Entre La Parentalidad Positiva y La Regulación Emocional Infantil	24
1. 4. SÍNTESIS Y CONCLUSIONES	27
5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	29
6. APÉNDICE	36

RESUMEN

La capacidad de regular las emociones es una habilidad frecuentemente estudiada, ya que se comprobó que adquirir esta competencia en edades tempranas favorece el bienestar psicológico, físico y social de los individuos. Es por esto, que el niño debe contar con un sistema parental que promueva su bienestar integral, enseñando mediante el cariño, el diálogo, y la puesta de límites claros el reconocimiento de sus emociones y la manera de regularlas.

El objetivo del Trabajo de Integración Final consiste en establecer la relación existente entre la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil, a través de un recorrido explicativo de estas variables y los beneficios obtenidos al conjugarlas.

ABSTRACT

Regulating emotions is a frequently studied skill since acquiring this competence at an early age favors individuals' psychological, physical, and social well-being. For this reason, a child must have a parental system that promotes his or her comprehensive well-being, teaching through affection dialogue and setting clear limits on recognizing his or her emotions and how to regulate them.

The Final Integration Work objective is to establish the relationship between positive parenting and children's emotional regulation through an explanatory tour of these variables and the benefits of combining them.

1. INTRODUCCIÓN

1.1 Delimitación Del Objeto De Estudio

El presente trabajo de diseño teórico de revisión bibliográfica tiene por objeto de estudio el conocimiento de la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil.

Para ello, en primer lugar, se caracterizarán las funciones parentales, para luego describir los estilos parentales de crianza y posteriormente definir la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil. Se revisarán las últimas investigaciones académicas, con el fin de conocer los beneficios de la parentalidad positiva y su relación con la regulación emocional infantil.

No es posible concebir a una persona sin tener en cuenta que estuvo socializada por una familia. Al nacer, el ser humano es el ser más desvalido, y sin los cuidados y la protección que la familia le puede proporcionar, el sujeto no podría desarrollarse. Es por esto, que sin la presencia de las figuras parentales o de adultos que la representan, el desarrollo del hombre y de su personalidad sería irrealizable.

Con el nacimiento de los hijos, el núcleo familiar se vuelve más complejo, dado que la familia se convierte en un ámbito ligado a la crianza y socialización de los hijos, tarea que debe ser desempeñada por los padres. El papel de los padres no consiste únicamente en asegurar la supervivencia de los hijos, sino también consiste en educar y formar a los mismos para su posterior desarrollo, promoviendo una correcta integración sociocultural centrada en el desarrollo integral de cada individuo, para que éste pueda desenvolverse de manera plena en la sociedad. De la misma manera, deben brindar a cada uno de los miembros de la familia seguridad en el ámbito afectivo y emocional, pudiendo asegurar a través de la educación, el buen manejo de las emociones y frustraciones y encauzar el desarrollo de cada uno de sus miembros hacia la independencia (Gómez y Guardiola, 2014).

En otras palabras, las funciones básicas que la familia cumple en relación con sus hijos están ligadas a garantizar la supervivencia de estos, en vistas a proporcionar un sano crecimiento y socialización en las conductas básicas de comunicación, diálogo y simbolización. De la misma manera, otra de sus funciones se encontraría asociada a brindar a los hijos un clima de afecto y apoyo, con el fin de asegurar un sano desarrollo psicológico. Así mismo, su función consiste en promover actitudes que favorezcan el

pleno desarrollo de sus capacidades para poder relacionarse de manera adecuada con su entorno y para poder responder a las exigencias de éste de manera adaptativa (Gómez y Guardiola, 2014).

Jorge y González (2017) plantean que los padres son los principales responsables para propiciar el desarrollo de los hijos. Se puede afirmar entonces, que son los pioneros en poner en marcha los estilos parentales de crianza. Este último concepto hace referencia a los saberes, actitudes, y creencias que los progenitores asumen respecto de sus hijos en relación con la salud, el entorno social, y el aprendizaje; la forma en la que los adultos actúan respecto de sus hijos, teniendo en cuenta situaciones de la vida diaria, la manera adecuada para resolver problemas y tomar decisiones.

La práctica de los estilos parentales de crianza se percibe como las habilidades que los padres suelen utilizar frente a diversas situaciones de la vida cotidiana. Éstas son guías de comportamiento que les permiten a los progenitores seleccionar las pautas educativas adecuadas para la crianza de sus hijos (Losada et al.,2020).

Sánchez et al. (2015) citan los diversos autores que estudiaron los estilos de crianza parentales. Entre ellos, se encuentra Baumrind, quien elaboró un modelo en el que se tiene en cuenta la relación de diversas variables que interfieren en el estilo de crianza que imparten los padres respecto a sus hijos. Estas variables son el grado de control, la comunicación, la exigencia y el afecto. Teniendo en cuenta dichas variables, se desarrollaron cuatro tipos de estilos parentales, siguiendo las influencias de Baumrind y Maccoby y Martin. El estilo autoritario, en el que se observan padres exigentes y poco atentos a las necesidades de sus hijos, que valoran la obediencia y el control, con escasa afectividad y comunicación con los hijos; el estilo permisivo, en el que se observa a padres indiferentes al comportamiento de sus hijos, con escasos niveles de control respecto de las normas, pero altos niveles de afectividad y comunicación; el estilo negligente, en el que se observa padres que no responden a las demandas del hijo y manifiestan indiferencia a la interacción con el mismo, con escasos niveles de control, afecto y comunicación y el estilo democrático, en el que se observan padres que marcan las normas dentro del hogar y se la transmiten a los hijos, con alto grado de afectividad y comunicación. Los padres que desempeñan el estilo parental democrático lograrían tener un impacto positivo en el desarrollo psicológico de sus hijos, ya que éstos tendrían un mejor ajuste a nivel emocional y comportamental (Capano y Ubach, 2013).

Rodrigo et al. (2015), señalan que casi todos los padres saben que el objetivo de la parentalidad no se centra sólo en lograr el cumplimiento de normas, sino también en suscitar en sus hijos conductas que favorezcan el desarrollo social, cognitivo, psicológico y personal. Considerando lo mencionado, dichos autores exponen el concepto de parentalidad positiva, como el comportamiento impartido por los padres que se fundamenta en el logro del desarrollo integral del hijo, utilizando el cuidado, la puesta de límites y el reconocimiento. Entonces, el objetivo de la tarea parental será el de promover relaciones positivas, desde la comunicación, el afecto, el apoyo, la puesta de límites, la estimulación y la responsabilidad parental, con el fin de garantizar los derechos del niño, favoreciendo su desarrollo y bienestar integral, logrando un funcionamiento adaptativo y adecuado con el entorno.

Con lo anteriormente expuesto se podrá entender a la parentalidad positiva como el buen trato que imparten los padres, basándose en la capacidad que éstos tengan para acoger, cuidar, amar y amparar, propiciando el desarrollo a nivel cognitivo, emocional, e interpersonal (López et al., 2015).

Latorre (2011), señala que para que la parentalidad positiva se desarrolle óptimamente, es necesario que el adulto pueda tener un espacio dedicado al juego con sus hijos, que pueda demostrar placer y disfrute de la vida a través de las emociones positivas (como pueden ser el buen humor y las risas), que pueda ejercer la disciplina de manera asertiva, que pueda estimular el potencial de los hijos y que sea capaz de educarlo mostrándole diversas habilidades imprescindibles para la vida.

Pérez y Bello (2017) con respecto a la regulación emocional, la definen como la capacidad de los individuos para controlar y ajustar sus emociones, y modificar su conducta, con el fin de lograr objetivos, adaptarse a su entorno y fomentar el bienestar individual y social.

Desde principios del siglo XX, existió una inquietud por trabajar y ayudar a los niños que se encuentran en la fase de educación infantil a que puedan comprender, canalizar y dominar sus emociones. De la misma manera, las emociones son una parte primordial del ser humano desde el momento en el que éste nace y cumplen con un papel crucial en la construcción de la personalidad y en la interacción con los otros. (Araque Hontangas, 2017).

Ramírez Lucas et al. (2015) afirman que las emociones y su regulación son aprendidas desde edades tempranas por el contexto en el que el niño se desenvuelve. Siguiendo esta línea, Morris et al. (2017) declaran que los progenitores desempeñan un rol fundamental en la manera en la que los niños desarrollan la habilidad para regular sus emociones. Esto se debe a que una relación parental segura y positiva favorece que el infante se sienta apoyado emocionalmente pudiendo así, manifestar libre y asertivamente sus emociones; también colabora al aumento de la seguridad emocional gracias a la puesta de reglas y límites claros, ya que con esto, los niños saben qué esperar en lo que concierne a la expresión emocional en el hogar, haciendo que puedan expresar sus emociones de manera socialmente aceptable.

Grimaldo y Merino (2020) explican que la intervención en edades tempranas tiene como beneficio que los infantes puedan llegar a desarrollar comportamientos saludables en el futuro. De igual modo, mejorar la capacidad de regular las emociones en la infancia, puede contribuir a fomentar una mejor salud mental en los niños, a mantener o aumentar la felicidad y las emociones positivas, a una mejor resolución de conflictos interpersonales de forma adaptativa, a aumentar la tolerancia al fracaso y a la frustración y a mejorar el manejo de conductas disruptivas en el ámbito escolar (Andrés, et.al.,2014).

López y Puente (2017) manifiestan que la adquisición de estas habilidades puede contribuir a satisfacer las demandas actuales de la sociedad, las cuales exigen que las infancias posean competencias adicionales para afrontar con éxito su vida adulta.

1.2 Definición Del Problema

Este trabajo buscará describir la parentalidad positiva y la relación de ésta con la regulación emocional infantil, estudiando los beneficios que podría brindarle al niño para su vida. De ahí surgen las siguientes preguntas de investigación:

¿Qué se entiende por parentalidad positiva? ¿Qué es la regulación emocional? ¿Se podría afirmar que la parentalidad positiva favorece la regulación emocional infantil?

1.3 Objetivos

1.3.1 Objetivo general

Explorar la relación entre la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil.

1.3.2 Objetivos específicos

- Analizar los distintos tipos de estilos parentales y su relación con la parentalidad positiva.
- Describir la regulación emocional infantil.
- Identificar la relación existente entre la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil.

1.4 Fundamentación

La investigación sobre la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil resulta relevante ya que, en la actualidad se observa que la sociedad vive bajo un ritmo acelerado de vida, en donde los individuos parecerían contar cada vez con menos recursos que les permita afrontar distintas situaciones, entre ellas se pueden mencionar situaciones de estrés, ansiedad o depresión (Cardona, 2017). Es por esto, que resulta de suma importancia poder preparar a los niños desde etapas tempranas, enseñándoles diversas habilidades que les permitan una adecuada interacción con el entorno, fomentando su bienestar.

Ramírez Lucas et al. (2015) plantean que es en el ámbito familiar en donde los niños aprenden de sus padres lo referido al conocimiento de las emociones, así como también la habilidad para poder identificarlas y regularlas. Aquellos padres que eduquen a sus hijos bajo el estilo de crianza parental democrático favorecerán el desarrollo de la educación emocional en los niños, es decir, propiciarán a que sus hijos puedan adquirir la capacidad de regular sus emociones, desarrollando así, elevadas competencias de afrontamiento y sociales.

Partiendo de lo expuesto con relación a la parentalidad positiva, se podría afirmar que los beneficios de la regulación emocional se reflejan en diversos aspectos de la vida, como son la disminución de ansiedad, de estrés, de comportamientos de riesgo y conflictos. De la misma manera, se observa un aumento considerable a la tolerancia a la frustración y del bienestar emocional (Araque Hontangas, 2017).

Heras Sevilla et. al. (2016) aseguran que, desde el nacimiento, los infantes se desenvuelven en un entorno lleno de emociones, es por esto, que la familia cumple un rol fundamental para el desarrollo emocional de los menores. Andrés et. al (2014) consecuentemente, afirman que la capacidad de regular las emociones de una persona se

encuentra ligada a la calidad de las relaciones sociales que tuvo con sus padres y cuidadores y continúan desarrollándose a lo largo de toda la vida, incluso en la vejez.

Como fue mencionado anteriormente, la adquisición de esta competencia promoverá una sana autoestima y satisfacción con la vida, buenas relaciones sociales e interpersonales, posibilitará la resolución de conflictos de manera positiva, favorecerá al buen rendimiento académico y promocionará la salud mental (Pérez y Bello, 2017).

Dado que la regulación de las emociones es una parte elemental del desarrollo humano, potenciar la capacidad de regulación emocional, constituye un pilar fundamental para los programas de intervención y prevención (Morris et. al., 2017).

2. METODOLOGÍA

El presente trabajo de diseño teórico de revisión bibliográfico tiene por objeto de estudio el conocimiento de la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil.

Se consultaron fuentes primarias tales como libros y artículos; y fuentes secundarias como artículos en bases de datos: Redalyc, Scielo, Dialnet y el buscador Google Académico.

Se seleccionaron, clasificaron y analizaron los textos, teniendo como criterios de inclusión temporal y geográfico, los últimos diez años con excepción de textos clásicos, en español e inglés.

Las palabras claves para la búsqueda fueron; familia, familia funcional, funciones parentales, estilos de crianza, estilos parentales de crianza, infancia, parentalidad positiva, regulación emocional, estilo autoritario, estilo permisivo, estilo negligente, estilo democrático. Por otro lado, las palabras clave en inglés fueron: family, functional family, parent functions, parenting styles, childhood, positive parenting, emotional regulation, authoritarian style, permissive style, negligent style, democratic style.

Los criterios de exclusión fueron: familia disfuncional, patología en la familia, padres de niños con minusvalía, psicopatología infantil, psicopatología parental.

3. DESARROLLO CONCEPTUAL

3.1 Estilos Parentales y Parentalidad Positiva

3.1.1 *Funciones parentales*

La familia puede definirse como el sostén principal en la vida de las personas, ya que contribuye a la creación de la identidad, de lazos afectivos, de hábitos y costumbres que se desarrollarán a lo largo de la vida del individuo (Pogo Labanda, 2018).

Conde y Gotschlich (2015) plantean que dentro de la familia, son los padres los que tienen la responsabilidad de fomentar actitudes, valores y conductas saludables que propicien el sano crecimiento de sus hijos, brindándoles un clima y un ambiente saludable, que favorezcan el pleno desarrollo del infante.

Siguiendo esta línea, al hablar del pleno desarrollo filial, Infante Blanco y Martínez Licona (2016) hacen alusión a que los padres favorezcan y promuevan todo aquello ligado al ámbito personal, social y cognitivo de sus hijos.

Con lo anteriormente expuesto, se puede decir que el desafío que presenta la función parental consiste en garantizar el cuidado y sano crecimiento de los hijos, favorecer el ámbito social y generar un clima en el que se pueda dialogar y expresar las emociones (Toribio López et al., 2008). Ger y Sallés (2011) añaden a lo previamente planteado, que las funciones parentales son aquellas que garantizan protección, afecto, comunicación, estimulación y educación.

Por lo tanto, es fundamental que los padres puedan cumplir sus funciones parentales, ya que, al hacerlo, sus hijos tendrán asegurada la educación y los valores. A su vez, se sentirán emocionalmente seguros, logrando el desarrollo de conductas saludables. Esto influirá a posteriori en el ambiente en el que se encuentren, contribuyendo a desplegar su máximo potencial y el de terceros e influyendo de manera positiva en el entorno que se le presente (Palacio y Múnera, 2018).

3.1.2 *Definición y tipos de estilos parentales de crianza*

Los progenitores cumplen un rol fundamental en la crianza de sus hijos, ya que no sólo les brindan educación, cuidado y protección, sino que también, son los primeros que se vinculan con ellos. Por este motivo, se considera relevante el estilo de crianza que los padres utilizan para promover el sano crecimiento del infante.

Es de vital importancia utilizar un estilo de crianza parental apropiado durante los primeros años de vida del niño, ya que éste influirá posteriormente en su desarrollo físico, psicológico, emocional, en la adquisición de valores, normas y habilidades sociales (Sabogal Mojica y León Herrera, 2018).

Citando a Darling y Steinberg (1993), Palacio y Múnica (2018), hacen alusión a los estilos parentales como “un conjunto de actitudes hacia los hijos que les son transmitidas y que en su totalidad crean un clima emocional en el cual se expresan las conductas de los padres” (p.87).

Infante Blanco y Martínez Licona (2016), añaden que estas prácticas de crianza son entendidas como acciones o comportamientos de los padres, para asegurar la supervivencia de los hijos, así como también su crecimiento psicosocial, y lograr una mejor comprensión del ambiente que los rodea.

Quien comenzó a investigar los estilos parentales de crianza fue Diana Baumrind. Teniendo en cuenta las variables de control, comunicación y afecto, distingue tres estilos: autoritario, permisivo y democrático (Montoya Castilla, et al., 2016).

Continuando con la distinción de los estilos parentales propuestos por Baumrind, Chango Querido (2021) explica que el estilo parental autoritario, es aquel en el que los padres se muestran excesivamente exigentes y consideran la obediencia como una virtud. A su vez, no promueven la comunicación, pero sí los castigos e intentan controlar el comportamiento y las actitudes de sus hijos. Este tipo de estilo parental repercute de manera negativa en la socialización de los menores, ya que se ha evidenciado que éstos presentan falta de creatividad y autonomía, presentan baja autoestima, y son niños tímidos, inseguros y poco comunicativos.

Por otro lado, se describe el estilo parental permisivo, como aquel en el que los progenitores no tienen en cuenta el control y los castigos, proporcionando excesiva permisividad y autonomía exagerada. En contraposición al estilo autoritario, aquí pueden observarse padres que no le exigen a sus hijos y que evaden cualquier tipo de límites. Al estudiar los efectos de este tipo de estilo parental en los infantes, se puede observar niños alegres y vitales, aunque dependientes. Asimismo, estos niños presentarán elevados niveles de conducta antisocial y escasos niveles de madurez y éxito personal.

En cuanto a la descripción del estilo parental democrático, se puede decir que, en éste, los padres imponen conductas y roles maduros, hay altos niveles de comunicación y

promueven la autonomía e independencia de su hijo. Este tipo de estilo parental repercute de manera favorecedora para los hijos, ya que se verán niños independientes y cariñosos, con un buen desarrollo de las competencias sociales y elevados niveles de autoestima y bienestar psicológico.

Siguiendo las investigaciones de Baumrind, Maccoby y Martín (1983) plantean un nuevo estilo parental interpretando dos nuevos aspectos: el control y el afecto. De esta manera, dichos autores introducen el estilo parental negligente.

Este nuevo tipo de estilo parental se caracteriza por el bajo nivel de afectividad por parte de los padres para con sus hijos. Asimismo, se observan excesivos niveles de permisividad, ya que los progenitores no ejercen el control ni la puesta de límites, como así tampoco fomentan la comunicación. Se puede decir que las consecuencias del uso de este estilo son negativas, ya que se observan niños con bajos niveles de autoestima, autonomía y el niño no puede emplear su libertad de manera responsable (Torío López et al., 2008).

3.1.3 Parentalidad positiva

En el ámbito de las ciencias, al hablar de parentalidad, se hace referencia a la relación que se espera que tengan los progenitores con sus hijos (de Soria y Estupiñan, 2013).

Siguiendo esta idea, Conde y Gotschlich (2015) explican que el concepto de parentalidad alude a las acciones que los padres efectúan en la crianza de sus hijos, es decir, en todo lo relacionado a los cuidados, a la salud, a la estimulación, a la educación y a la socialización. Cabe destacar, que para poder poner en práctica y de manera adecuada dichas acciones, éstas deben responder al estadio evolutivo del menor, como así también a los cambios que puedan llegar a ocurrir en la familia y en el contexto social en el que la misma se desenvuelva.

Torío López (2018) plantea que el objetivo de la parentalidad es el de fomentar relaciones positivas entre los padres y sus hijos, ejerciendo responsabilidad parental, con el fin de asegurar los derechos y el bienestar del infante.

Se puede decir que un padre positivo es aquel que atiende, orienta, estimula y acepta los derechos de sus hijos (Capano, et al., 2014).

El ejercicio positivo de la parentalidad reside en considerar el bienestar y desarrollo del menor como principal preocupación, así como también la educación social

y familiar, para que los mismos se desenvuelvan favorablemente en la vida. De la misma manera, supone el ejercicio del rol parental de manera activa y consciente, basándose en gran medida en las experiencias familiares que cada progenitor vivenció y en las experiencias ajenas que el sujeto internalizó a través de la observación (Torío López, 2018).

Rodrigo et al. (2015) definen a la parentalidad positiva como “aquella que promueve vínculos afectivos sanos, protectores y estables; que proporcionan un entorno educativo estructurado en rutinas y hábitos, a través de los cuales se transmiten de modo flexible normas y valores; que proporcionan estimulación, apoyo y oportunidades de aprendizaje; que se basa en el reconocimientos de los logros y capacidades de los hijos e hijas y en su acompañamiento en la vida cotidiana, todo ello en un entorno libre de violencia física, verbal y emocional”.

De la misma manera, el Consejo de Europa (2006) define a la parentalidad positiva como “el comportamiento de los padres fundamentado en el interés superior del menor, que cuida, desarrolla sus capacidades, no es violento y ofrece reconocimientos y orientación que incluyen el establecimiento de límites que permitan el pleno desarrollo del niño”.

Torío López (2018) explica que los objetivos de la parentalidad positiva son: proporcionar un ambiente seguro y de interés en donde el menor pueda experimentar y explorar, para así lograr el pleno desarrollo de sus habilidades; generar un clima de aprendizaje positivo, brindando su accesibilidad y disponibilidad en los momentos en los que los hijos necesiten cuidados, atención y ayuda; utilizar un método de disciplina asertivo y consciente, para poder proceder rápidamente en aquellas ocasiones en las que el hijo no se comporte de manera adecuada; ser consciente de su hijo y de sí mismo, para poder tener expectativas adecuada y realistas en la relación paterno-filial y no dejar de satisfacer las necesidades individuales y personales.

Siguiendo con lo expuesto previamente, dicha autora refiere que la parentalidad se expresa y entrelaza en cuatro planos distintos. Los mismos, no pueden dejar de ser tenidos en cuenta, ya que favorecen al logro de la tarea parental. Los planos a los que la autora se refiere son, en primer lugar, el plano personal, que alude a la tarea evolutiva, y su correcta ejecución favorecerá a que el adulto pueda desarrollarse adecuadamente, ayudándolo en su realización y bienestar personal. En segundo lugar, el plano diádico,

que refiere a la afectividad que se le brinda al niño desde edades tempranas, para proveer a éste una base segura y confiada que repercutirá de igual manera en el desarrollo de los padres. Por otro lado, se encuentra el plano del equipo parental. Éste se caracteriza por la diversidad de sus formas, ya que aquí se pueden encontrar desde dos adultos con vínculos de coparentalidad que llevan a cabo la crianza y educación de sus hijos, hasta personas como los abuelos, ex parejas o adultos significativos que, junto con los progenitores del niño, contribuyen en la educación y la crianza del menor. Finalmente se encuentra el plano de la parentalidad social, que hace referencia al apoyo que brindan diferentes actores e instituciones para fomentar la calidad de vida y el bienestar de la familia.

Existe un cuestionario que tiene como objetivo reconocer las competencias parentales que los adultos emplean a la hora de vincularse con su hijo o con un menor a cargo. Este cuestionario es utilizado en varios países y recibe el nombre de Escala de Parentalidad Positiva (e2p). El mismo, fue desarrollado en Chile por Gómez y Muñoz (2014) y puede ser respondido por cualquier adulto responsable de la crianza y educación de un menor entre los 6 meses y los 17 años. Dicha escala está compuesta por 54 ítems que evalúan las conductas diarias que ejerce el adulto responsable con respecto a la crianza y educación del niño, teniendo en cuenta la forma en la que desarrolla las competencias parentales: desde el vínculo, la formación, la protección y la reflexión (Muzzio y Quinteros, 2014).

De acuerdo con lo planteado anteriormente, dichos autores explican las cuatro áreas de competencia parental: por un lado, se encuentran las competencias vinculares, que hacen alusión a los conocimientos, actitudes y a las maneras de ejercer la parentalidad y la crianza, buscando fomentar un estilo de apego seguro y un correcto desarrollo socioemocional en los menores. Este tipo de competencias suele expresarse mediante prácticas de crianza socioemocionales, es decir, a través de comportamientos visuales, verbales, afectivos y físicos que utilizará el adulto para lograr un intercambio interpersonal, con el objetivo de lograr la apertura, la escucha y la cercanía emocional positiva. Por otro lado, se encuentran las competencias formativas, que se refieren a los conocimientos, actitudes y a las maneras de ejercer la parentalidad y la crianza, con el fin de promover la socialización, el aprendizaje y el desarrollo integral de los niños. Las competencias formativas suelen expresarse mediante la comunicación y mediante prácticas de crianza didácticas, es decir, mediante prácticas que logren la estimulación

del menor y la comprensión del mundo circundante. Con respecto a las competencias protectoras, se puede decir que éstas hacen alusión a los conocimientos, actitudes y a las maneras de ejercer la parentalidad y la crianza, suscitando el cuidado y la protección apropiadas para los niños, con el fin de preservar sus necesidades evolutivas; asegurando sus derechos y promoviendo su bienestar integral, es decir, su bienestar físico, emocional y sexual. Las competencias protectoras, suelen expresarse mediante prácticas de crianza materiales, esto es, la manera en la que los adultos presentan y planifican el mundo físico del menor, a través de objetos que permitan la estimulación, la exploración, etc. Finalmente, se encuentran las competencias reflexivas, que hacen referencia a los conocimientos, actitudes y a las maneras de ejercer la parentalidad y la crianza posibilitando la reflexión respecto del recorrido y las influencias de la propia parentalidad, la observación consciente del ejercicio de la parentalidad, teniendo en cuenta las prácticas frecuentemente utilizadas y la evaluación del desarrollo del propio hijo, para poder nutrir de igual manera las áreas de competencia parental mencionadas.

Al indagar sobre el impacto de la parentalidad positiva en el trabajo con las familias, Jiménez e Hidalgo (2017) plantean que el ejercicio de ésta supondrá que la intervención familiar tendrá un rol activo y positivo, remarcando la importancia de la prevención y la promoción. Teniendo en cuenta la visión positiva, se ampliarán los espacios de intervención, trabajando con todas las familias que así lo requieran, con el fin de fomentar las competencias y poder satisfacer las necesidades de sus miembros.

De la misma manera, el ejercicio de la parentalidad positiva en el trabajo con las familias permitirá centrarse en las fortalezas familiares, para así poder suscitar las competencias parentales, promover el desarrollo individual y social de los padres y potenciar sus recursos de apoyo.

Palacio y Múnera (2018) plantean que los estilos parentales positivos en donde se observa apoyo emocional y libertad de expresión promueven la inteligencia emocional, permitiendo a los menores la adquisición de habilidades sociales y su pleno desarrollo integral, permitiendo que se desenvuelvan de una manera óptima en su entorno social.

Para finalizar, y en sintonía con lo expuesto previamente, dichos autores plantean que la parentalidad positiva es un modo de intervención familiar que se fundamenta en la prevención y en la promoción. Por tanto, se considera fundamental el apoyo a los

progenitores en el ejercicio de su rol parental, para que éste pueda influir positivamente en el desarrollo de sus hijos.

3.2 Regulación Emocional Infantil

3.2.1 Definición de regulación emocional

Para poder entender el concepto de regulación emocional, es pertinente comenzar delimitando lo que se entiende por el término emoción. Este concepto ha sido estudiado desde distintos enfoques: biológico, funcionalista, construccionista, apreciativo y relacional. El primer enfoque, el biológico, entiende a las emociones como un patrón que puede ser observable y específico, y que genera respuestas que pueden obtenerse por una interpretación de un objeto o situación que resulta amenazante y peligrosa para el bienestar y la supervivencia del sujeto. Según este enfoque, las respuestas generadas son producidas por la actividad neurológica y pueden ser fisiológicas o expresivas. En contraposición a esta postura, se encuentra el enfoque funcionalista, que explica a las emociones como el resultado de la vivencia subjetiva del ser humano, de las modificaciones fisiológicas y del impacto personal que genere en la persona. El tercer enfoque, el construccionista, sostiene que las emociones se originan a partir de una serie de procesos coordinados que incluyen la activación, la evaluación, la conciencia y la vivencia emocional, que dirigen la conducta. El cuarto enfoque, es el apreciativo, que entiende a la emoción como una reacción generada por una interpretación o análisis cognitivo de un acontecimiento significativo para la persona, ayudándola a que pueda desarrollar y llevar a cabo conductas funcionales y adaptativas. El quinto y último enfoque, es el relacional, que considera que las emociones son un fenómeno social que proporciona señales para interpretar y entender al entorno y a los sujetos que se encuentran dentro de éste; teniendo en cuenta aspectos culturales y contextuales y también normas morales, facilitando así, la modificación o el mantenimiento de las relaciones sociales (Pérez y Bello, 2017).

Andrés et al. (2014) explican que la emoción desempeña un papel fundamental para el funcionamiento del individuo, ya que es una respuesta del organismo para adaptarse al entorno. Asimismo, las emociones informan sobre la necesidad de luchar o huir, fomentan las relaciones sociales, motivan al cambio en caso de necesidad y facilitan el aprendizaje. Siguiendo esta idea, Amboya Nugra (2021) considera a las emociones

como parte de un proceso que posibilita que el sujeto pueda mantenerse en estado de alerta frente a diversas situaciones cotidianas. De la misma manera, explica que las emociones son reacciones naturales del ser humano, que surgen de manera intrínseca y luego se exteriorizan, siendo fundamentales para el desarrollo de la personalidad. Se considera también que las emociones ayudan al sujeto a responder con energía y de manera eficaz a las oportunidades y obstáculos que se le presentan (Gross, 2013).

Es oportuno indicar, que, si bien se intentó arribar a una definición de emoción, es entendible que no exista un único concepto para este término (Muslera, 2016). Por ese motivo, Muslera (2016) explica también las funciones de las emociones de las que hablaba Reeve (1994): en primer lugar, afirma que las emociones tienen una función adaptativa, ya que facilitan la capacidad de adaptación al entorno del individuo, preparándolo, en caso de ser necesario, de una posible huida para preservar su vida; en segundo lugar, expone que las emociones tienen una función motivacional, ya que pueden predisponer al sujeto hacia la acción; en tercer lugar, expresa que las emociones cumplen con una función social, ya que cuando el sujeto es capaz de comunicar sus sentimientos, permite una mejor interacción y comunicación con los demás.

Perera Medina (2017) declara que las emociones tienen funciones en otros procesos mentales, por lo que pueden afectar, a diversas facultades como la atención, la percepción, la memoria, el razonamiento, la creatividad, entre otras. Por este motivo, la autora considera que es fundamental para el bienestar del ser humano, el tomar conciencia sobre las emociones y desarrollar la capacidad de regulación de las mismas.

Entonces, se puede definir a la regulación emocional, como la capacidad para gestionar de forma adecuada las emociones (Fiestas Llenque, 2020). Ossa Ríos (2016) comparte la definición anteriormente expuesta y agrega que también formará parte de esta definición, la capacidad con la que cuenta el individuo de comenzar, mantener y modular la intensidad de las emociones. Dicho en otras palabras, la regulación emocional se basa en la posibilidad del hombre para poder percibir, sentir y experimentar su estado afectivo (Sáez Giráldez, 2021). Sabatier et al. (2017) añaden que, en la actualidad, se considera que la regulación emocional abarca una variedad de procesos internos y externos, conscientes e inconscientes, voluntarios e involuntarios, que se encargan de evaluar y modificar las respuestas emocionales con el objetivo de lograr metas personales y cumplir con objetivos sociales.

Por otro lado, Cabezas (2018) expresa que la regulación emocional supone también ciertas competencias como la toma de conciencia de la interacción entre emoción, cognición y comportamiento; la expresión emocional de manera asertiva, teniendo en cuenta el impacto que las emociones pueden causar en los demás; la capacidad para gestionar las emociones, que implica el buen manejo de las mismas y el control de los impulsos; la habilidad para afrontar las emociones negativas a través de estrategias de autorregulación y finalmente, la capacidad para poder experimentar de manera voluntaria y consciente las emociones positivas.

En conclusión, se puede asegurar que la regulación emocional puede definirse como la capacidad de aceptar las emociones (ya sean placenteras o displacenteras) y la capacidad de mantenerse o alejarse de una emoción según la creencia que el sujeto tenga respecto de su utilidad. Por otra parte, implica la habilidad para gestionar las emociones tanto en uno mismo como en los demás, moderando las negativas y fomentando las positivas, con el objetivo de promover el crecimiento emocional e intelectual. Siguiendo esta línea, se entiende también a la regulación emocional como la manera en que las personas emplean estrategias adaptativas en situaciones estresantes, ya que se hace énfasis en la funcionalidad de las emociones, lo que significa que no se pone el foco únicamente en el control de las emociones por parte del individuo, sino también en que las emociones puedan funcionar como guía para la consecución de metas personales (Ruiz et al., 2012).

3.2.2 Habilidades de regulación emocional

Uno de los principales objetivos de la psicología es fomentar el desarrollo de habilidades para regular las emociones a lo largo de la vida, debido a que estas capacidades facilitan una mejor adaptación a situaciones desafiantes y estresantes, promoviendo un mayor bienestar en el ámbito físico, psicológico y emocional (Pulido-Escobar et al., 2022).

Se considera que las habilidades de regulación emocional son un tipo de competencias básicas para la vida, ya que desempeñan una función crucial en las relaciones interpersonales, familiares y sociales (Perera Medina, 2017). De la misma manera, Andrés, et al. (2017) añaden que la habilidad de regulación emocional implica la capacidad de emplear estrategias de manera flexible y adecuada a cada situación, así como la modulación de respuestas emocionales para poder lograr metas personales y cumplir

con las exigencias del entorno.

Es fundamental entender que la habilidad de regulación emocional está configurada por diversas microcompetencias. Éstas son: la conciencia emocional (alude a la capacidad de identificar y denominar correctamente las emociones), la expresión emocional apropiada (es decir la capacidad de expresar las emociones de manera apropiada. Implica comprender cómo nuestras expresiones emocionales y nuestro comportamiento pueden afectar a otras personas), las habilidades de afrontamiento (refiere a la capacidad de enfrentar desafíos y situaciones de conflicto con las emociones que generan. Esto implica la utilización de estrategias de regulación para controlar la intensidad y la duración de las emociones) y finalmente la capacidad para autogenerar emociones positivas y para autogestionar el bienestar emocional propio en pos de una mejor calidad de vida (es decir la habilidad de crear y experimentar de forma voluntaria y consciente emociones positivas como la alegría, el humor, el amor y la fluidez, permitiendo que el sujeto pueda disfrutar plenamente de la vida) (Perera Medina, 2017).

Muslera (2016) explica que al adquirir estas competencias, el sujeto es capaz de poner en práctica de manera adecuada un bagaje de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para poder llevar a cabo diversas actividades de manera eficaz. Siguiendo esta línea, Cepa Serrano, Heras y Lara (2016) refieren que la adquisición de esta habilidad es sumamente importante en niños, ya que éstos deben afrontar numerosas situaciones a la hora de afianzar su autonomía, y muchas veces pueden presentar dificultades a la hora de expresar de manera clara y adecuada sus necesidades y deseos. La obtención de esta habilidad, les permitirá manejar de manera apropiada sus emociones, tener estrategias efectivas para enfrentar las situaciones, autogenerar emociones positivas y desarrollar una expresión emocional idónea.

Entre los múltiples beneficios de la obtención de dicha habilidad, pueden mencionarse el éxito en el ámbito académico y en las relaciones con los demás (Sabatier et al., 2017). Asimismo, Jimeno y López (2019) añaden que amplía y enriquece la experiencia emocional. Además favorece a la buena comunicación y a la toma de decisiones positivas, así como también a la prevención de conductas de riesgo (Imbacuan et al., 2019) y a la capacidad para poder afrontar eventos estresantes, situaciones problemáticas y desafíos (Compas et al., 2017). Por otro lado, Oros y Fontana (2015) explican que el desarrollo de estas habilidades permite una adecuada expresión de

sentimientos, deseos y opiniones y reduce la probabilidad de conflictos interpersonales, permitiendo que los sujetos se relacionen de manera eficaz y satisfactoria.

López y Puente (2017), comprobaron que el éxito general y el bienestar en la edad adulta, puede ser una consecuencia del aprendizaje temprano y de la utilización de las competencias de regulación emocional.

Ambrona, et al. (2012) plantean que la infancia es considerada una etapa crucial en el desarrollo humano para la adquisición de destrezas y habilidades necesarias para el funcionamiento psicosocial y para la prevención de potenciales problemas psicológicos futuros. Es por esto, que Perera Medina (2017) considera que es fundamental que desde edades tempranas la familia le pueda enseñar a los niños habilidades de regulación emocional, ya que favorecerá a la promoción de personas competentes emocionalmente.

El ámbito familiar es el lugar donde inicialmente se establecen prácticas educativas que sirven como referencia para los niños, permitiéndoles desarrollar estilos de socialización, competencias emocionales y un manejo adecuado de estrategias de afrontamiento (Iral et al., 2019). Berking y Wupperman (2012) manifiestan que la regulación de las emociones en los bebés, es principalmente llevada a cabo por los cuidadores y con el paso del tiempo, se vuelve más autónoma por parte del infante. Thümmeler, et al. (2022) explican que durante las primeras semanas de vida del neonato,

son los padres quienes desempeñan un papel fundamental en la regulación de las emociones del bebé, ya que lo preservan de la hiperexcitación y lo calman. Añaden también, que en esta etapa de regulación emocional intrapsíquica, el bebé siente el apoyo de sus cuidadores para poder enfrentar sus necesidades y emociones. Siguiendo esta idea, Olhaberry y Sieverson (2022) exponen que los bebés sintonizan con las expresiones faciales, físicas y vocales de sus cuidadores, y se desregulan cuando éstos dan respuestas no apropiadas o no responden a sus intentos de comunicación. Dichos autores, expresan

que a partir de los tres meses de vida, aparecen en los niños conductas para poder consolarse y regularse (como desviar la mirada, succionar, llorar, evitar, entre otras)

independientemente de la conducta que puedan llegar a tener sus cuidadores. Aproximadamente a los siete meses de edad, los bebés desarrollan de manera significativa la memoria, lo que les permite anticipar situaciones y prepararse para lo que vendrá, a través de diferentes pistas o claves externas, que ayudan a la regulación (como rutinas establecidas por sus cuidadores para el sueño, la alimentación y el baño). También son

capaces de seguir la mirada de sus progenitores y mostrar atención conjunta, lo que les permite distraerse de la fuente de angustia al enfocarse en algo diferente. Al año de vida, los bebés experimentan una mejora significativa en sus habilidades comunicativas, a través del lenguaje gestual y verbal. Esto les permite expresar sus necesidades de manera más clara, lo que favorece a una disminución del estrés. Asimismo, en esta etapa, los niños logran un importante avance en su desarrollo motor, lo que les permite desplazarse y buscar directamente lo que necesitan, promoviendo, junto con el desarrollo del lenguaje potenciar la comunicación y satisfacer sus necesidades. A partir de los dos años, se observa una mejora significativa en la capacidad de atención, lo que facilita la habilidad de cambiar el foco de atención hacia estímulos placenteros, posponer la gratificación y seguir instrucciones. López, et al. (2021) agregan que entre los tres y cinco años de edad, los infantes tienen la capacidad de hacer asociaciones entre determinadas situaciones con determinadas emociones. De la misma manera, entre los cuatro y cinco años, los niños desarrollan una mayor evaluación emocional, lo que les permite tener mayor introspección y madurez. En esta etapa, también comienzan a reconocer el lenguaje corporal emocional, permitiendo que en las relaciones interpersonales, logre evaluar las reacciones de los demás y las posibles consecuencias de sus respuestas emocionales. Entre los cinco y seis años de edad, se llevan a cabo manifestaciones de la conducta que implican estados emocionales (como hacer bromas, etc). Entre los seis y los ocho años, los niños comprenden que pueden vivenciar varias emociones al mismo tiempo. Siguiendo con el crecimiento del niño, entre los ocho y los nueve años de edad, éstos aprendieron a usar sus propios pensamientos para poder regular las emociones. Es importante aclarar que en la medida en la que los infantes crecen y se desarrollan, el repertorio con el que cuentan para poder regular las emociones evoluciona de manera gradual, desde estrategias centradas en regular el comportamiento hacia estrategias internas y cognitivas (Andrés et al., 2014).

Para finalizar, se puede mencionar que las habilidades de regulación emocional no suponen únicamente la capacidad para gestionar y expresar las emociones de manera apropiada, sino que también, hace alusión a las habilidades de afrontamiento, es decir a la capacidad para poder afrontar estados emocionales negativos, utilizando diversas estrategias de regulación (Echeverría, 2021).

3.2.3 Estrategias de regulación emocional

Se conocen como estrategias de regulación emocional a los métodos empleados para modificar las emociones (Pérez y Bello, 2017). Sarmiento et al. (2017) añaden también que dichas estrategias se utilizan para modular o modificar las acciones que realiza el individuo para poder adaptarse mejor a diversas situaciones. Asimismo, consideran que estas estrategias no modifican únicamente las acciones, sino también los pensamientos, las emociones y las reacciones fisiológicas. Offroy Arabaolaza (2020) explica que la puesta en práctica de las estrategias de regulación emocional le permiten al sujeto regresar al estado previo o inicial, dado que no siempre las emociones van a ser funcionales y adaptativas. Agrega que también se regularán tanto las emociones negativas como las positivas en caso de que éstas no sean adaptativas.

Pérez y Bello (2017) manifiestan que la aplicación de estos métodos permite que el sujeto pueda lograr un objetivo específico, modificando la intensidad y la duración de la emoción. Por otro lado, fomentar el desarrollo de estrategias de regulación emocional resulta fundamental para lograr una adaptación adecuada al entorno social, permitiendo que las relaciones sociales se tornen más satisfactorias y promoviendo una mejor salud mental (Olhaberry y Sieverson, 2022). De la misma manera, Mollón Bou (2015) considera que la implementación de técnicas de regulación emocional disminuye el estrés, el enojo y la frustración.

Las estrategias de regulación emocional pueden dividirse en dos, según el momento en el que el despliegue emocional tiene su primer impacto: por un lado las que se focalizan en el antecedente (es decir, aquellas estrategias o técnicas que se llevan a cabo en el momento previo a que se activen las tendencias de respuesta emocional) y las que se focalizan en la respuesta (es decir, aquellas técnicas o estrategias que se ponen en marcha una vez que se generan las respuestas emocionales) (Andrés et al., 2014).

Vélez Zappala (2014) manifiesta que los adultos son quienes deben ayudar a los niños a que puedan reconocer sus emociones para luego poder desarrollar y llevar a cabo técnicas de regulación emocional.

Algunas de las estrategias utilizadas para regular y gestionar las emociones son: el arte (ya que trabaja de manera directa con la subjetividad de la persona y con sus emociones, permitiendo que el sujeto pueda expresar sus emociones de múltiples maneras) y la respiración (ya que favorece a la disminución de ansiedad y para poder

regular el enojo, la tensión y la ira mediante la oxigenación del cerebro, logrando así una mayor claridad en los pensamientos y acciones del sujeto) (Muslera, 2016).

Tanto Ramos, et al. (2016) como Torres Gavilán (2017) y Ruiz, et al. (2017) recomiendan el Mindfulness como una herramienta para gestionar de manera adecuada las emociones. Dichos autores explican que su práctica favorece a que el sujeto pueda experimentar diversas emociones, ya que consiste en la habilidad para centrar la atención en el momento presente, siendo conscientes de las sensaciones y emociones que se vivencian en el momento de su realización, ayudando a que la persona pueda calmar la mente. Añaden también, que su práctica resulta beneficiosa ya que previene el estrés, alivia los síntomas relacionados a diversos trastornos físicos y mentales y promueve una mejor calidad de vida.

Otra herramienta utilizada para poder regular las emociones es la relajación, ya que permite que la persona pueda distender y relajar el cuerpo y la mente de manera progresiva, para poder liberar las tensiones mentales y musculares acumuladas. Entre sus múltiples beneficios, se encuentran la disminución del estrés, la angustia y la ansiedad, mayor confianza en uno mismo, la mejoría en la calidad del sueño y sensación de bienestar y tranquilidad (Ahmed, 2010).

Por otra parte, Velazco Valderrama (2021) menciona la importancia de poder implementar el rincón de la calma como una estrategia para la gestión adecuada de las emociones. En este espacio se encontrarán diversos materiales y su objetivo es que el sujeto pueda reconocer tanto sus emociones como la de los demás, que pueda también gestionarlas de manera adecuada, conocer más y mejor sus emociones y prevenir las consecuencias negativas de las emociones. Algunos de los materiales que se podrán encontrar son la botella de la calma (es una botella transparente que contiene agua, pegamento transparente y papeles de colores o purpurina. Al agitarla, permite descargar tensiones y que se produzca una relajación visual al observar el movimiento de la purpurina) y globos (al soplar para inflarlos, permite que la persona pueda controlarse y relajarse en momentos de tensión). Calderón Salazar y Del Castillo García (2019) consideran pertinente también la utilización de una pelota antiestrés, ya que al apretarla, se produce una estimulación de la zona del sistema nervioso que se encuentra asociado a las emociones y permite la liberación de tensiones.

Otros autores, como Angeles Yépez (2016) expresan que la yoga es utilizada como una técnica de regulación emocional, ya que entre sus múltiples beneficios, se encuentra no sólo el fortalecimiento de los músculos y la adquisición de la flexibilidad, sino que también favorece a una elevada autoestima y autocontrol.

Para concluir, se considera al juego como una estrategia de regulación emocional, ya que permite no sólo que la persona se desarrolle e interactúe con el ambiente, sino también que comprenda y asimile la realidad (Ruiz Gutiérrez, 2017). Siguiendo esta idea, Quintero, et al. (2022) explican que el juego permite que los niños puedan adquirir habilidades para fortalecer la regulación emocional, favoreciendo el seguimiento de reglas, el desarrollo de la consciencia en las relaciones con los demás, la formación de la función simbólica, y la reflexión.

3.3 Relación Entre La Parentalidad Positiva y La Regulación Emocional Infantil

Murillo et al. (2020) destacan la importancia del rol de la familia como el principal agente socializador. De igual manera, consideran que son los padres quienes tienen la responsabilidad de promover el desarrollo de las competencias emocionales.

Por lo tanto, se podría aludir a la familia como la primera escuela de alfabetización emocional para el niño; cuyo objetivo se basa en que éste logre la adquisición de habilidades y conocimientos necesarios que lo capaciten para afrontar las diferentes vicisitudes de la vida emocional y profesional, y que lo preparen también, para poder responder de manera efectiva y afectiva a las demandas de la sociedad actual (Pinta et al., 2019).

Siguiendo esta idea, Quintana y López (2013) expresan que la tarea parental no se centra únicamente en dar respuesta a las necesidades de los hijos, sino que ésta consiste también en enseñarles el gran abanico de capacidades y habilidades que poseen, con el fin de promover la educación y el desarrollo integral de los menores. Dichos autores refieren que debido a esto, es que se introduce el término de “parentalidad positiva”, haciendo alusión al comportamiento que poseen los padres para con sus hijos, cuidando, desarrollando y potenciando sus capacidades, sin recurrir a la violencia y proporcionando apoyo emocional y límites que permiten el pleno desarrollo del niño, haciendo especial énfasis en el interés superior de éste.

En la actualidad, surge un interrogante para los padres que dificulta la manera en la que éstos ejercen sus funciones parentales y es desde qué estilo educativo parental se vinculan con sus hijos (Capano y Ubach, 2013). En esta dirección, los autores comentan que si bien, el estilo parental democrático es aquel que contribuye a la salud y estabilidad física y emocional, es también un concepto que presta a la confusión de algunas personas (dado que algunos sujetos critican esta concepción porque plantean que en el imaginario social este término se asocia a la idea de que los menores tienen la libertad de hacer lo que quieran dentro de su núcleo familiar). Es por esto, que les resulta más apropiado utilizar el concepto de parentalidad positiva, ya que al igual que el estilo parental democrático, este estilo de parentalidad fomenta la socialización y promueve un protagonismo activo por parte de padres e hijos a la hora de construir normas y valores familiares basándose en la negociación, reflexión y adaptación conjunta. Además, se hace hincapié en la importancia de que los padres desempeñen la autoridad de manera responsable, desde el apoyo, el afecto, el diálogo, la cercanía y la implicación; respetando y preservando los derechos de los niños.

De acuerdo con Mascareño González (2021) se puede afirmar que la parentalidad positiva no sólo mejora los vínculos intrafamiliares y la calidad de vida de los hijos, sino que también permite desarrollar competencias y habilidades que facilitan el desarrollo de las emociones y promueven la regulación emocional.

Vargas Gutiérrez y Muñoz Martínez (2013) explican que la regulación emocional se desarrolla en función del vínculo que se establece entre padres e hijos y destacan el papel fundamental de ésta, ya que promueve el funcionamiento psicológico saludable.

Siguiendo esta idea, se puede definir entonces a la regulación emocional como la capacidad que poseen los sujetos de manejar las emociones de forma adecuada (Torres Gavilán, 2017), utilizando diversas estrategias que permiten controlar, evaluar y modificar las emociones, con el propósito de cumplir metas y objetivos y responder de manera idónea a las exigencias del entorno (Andrés, et. al., 2017), entendiendo la relación existente entre emoción, pensamiento y comportamiento y pudiendo expresar las emociones de manera asertiva (Echeverría, 2021).

Con todo lo expuesto anteriormente, se puede establecer claramente la relación existente entre la parentalidad positiva y la regulación emocional, ya que, en primer lugar se sabe que las emociones y su regulación son aprendidas desde edades tempranas por el

contexto en el que el niño se desenvuelve (Ramírez et. al, 2015) y por lo tanto, una relación segura entre padres e hijos, en donde el niño logre sentir cercanía y calidez favorecerá a que los menores se sientan emocionalmente seguros para poder expresar libremente sus emociones (Morris et. al,2017). De igual manera, estos autores explican que en un contexto parental demasiado severo, controlador o permisivo, los niños presentan mayores dificultades para regular sus emociones.

Por otro lado, Brumariu (2015) argumenta que la interacción que se genera entre padres e hijos en un contexto sano y seguro promueve la adquisición de habilidades de regulación emocional, logrando reconocer y aprender sobre emociones y la manera en la que éstas se pueden regular. Además, el utilizar una práctica de crianza positiva contribuye significativamente en la capacidad de regulación emocional y el bienestar del menor (Rutherford et. al, 2015).

Por otra parte, Mascareño González (2021) confirma que la parentalidad positiva ayuda a que el niño pueda desarrollar competencias emocionales positivas y para esto, propone que la manera de vincularse entre padres e hijos sea mediante el contacto físico y el juego, ya que esto permite que el niño pueda desarrollar fortalezas, hacer frente a las adversidades y tolerar la frustración. Teniendo en cuenta las maneras de vinculación planteadas por la autora, Bravo Guaqueta et. al. (2020) aporta que el espacio lúdico llevado a cabo en un contexto de crianza positiva posibilitará el aprendizaje de las emociones, promoviendo en el infante la habilidad para reconocer y regular las mismas.

En cuanto a lo expresado anteriormente por Quintana et al. (2013) con respecto a que la parentalidad positiva implica un estilo de crianza libre de violencia, Monsalve Buitrago et. al (2021) consideran que a menor violencia, mayor regulación emocional; entonces afirman que a mayor crianza receptiva (dada por la parentalidad positiva), mayor regulación emocional en niños. De igual manera, exponen que la promoción de vínculos basados en el respeto y la protección del pleno desarrollo del menor, generan mayor regulación emocional y bienestar.

Para concluir, se puede afirmar que la parentalidad positiva podría funcionar como un factor protector en la regulación emocional del niño, ya que no sólo promueve la internalización de normas y valores, sino que también incrementa experiencias positivas, que ayudan a proteger problemáticas de salud mental y disminuyen el desarrollo de conductas disfuncionales en el futuro (Simaes et. al, 2021).

1. 4. SÍNTESIS Y CONCLUSIONES

La familia es considerada el núcleo principal donde los hijos adquieren cuidados y en donde se garantizan sus derechos y su sano desarrollo. Es por eso, que el desafío de la función parental radica en brindar protección, afecto, educación, comunicación y estimulación, para poder generar un ambiente seguro en el que se pueda dialogar y expresar emociones. Por consiguiente, resulta fundamental el estilo de crianza que los progenitores utilizan para desarrollar de manera óptima la función parental. De ahí, surge el término “parentalidad positiva”, que hace alusión al modo de relacionarse entre padres e hijos, que fomenta vínculos afectivos sanos, protectores y estables, que proporciona un entorno en el que se llevan a cabo rutinas y hábitos, en donde también se reconocen los logros y las capacidades de los hijos, en donde se vive un clima libre de violencia física, emocional y verbal y en donde se garantizan los derechos y el pleno bienestar del niño.

Por otra parte, las emociones cumplen un papel fundamental desde el momento en el que el ser humano nace, ya que se encuentran presentes en la construcción de la personalidad y en la interacción con los demás. Por tanto, resulta primordial que desde edades tempranas, el individuo pueda adquirir habilidades de regulación emocional, es decir, que pueda adquirir la capacidad de gestionar sus emociones y modificar su conducta, con el propósito de alcanzar objetivos y metas, adaptarse al entorno y lograr un bienestar individual y social.

En la medida en la que los progenitores logren ejercer una adecuada parentalidad, vinculándose con sus hijos desde la parentalidad positiva, se favorecerá a que los niños puedan sentir que se desenvuelven en un ambiente sano, cuidado y seguro para poder reconocer y expresar libre y asertivamente sus emociones. De igual manera, favorecerá al incremento de la seguridad emocional del menor, y a que el niño pueda vivir una vida colmada de experiencias positivas, que promoverán la salud mental y el completo bienestar.

El presente Trabajo de Integración Final propuso indagar la vinculación existente entre la parentalidad positiva y la regulación emocional infantil. En primer lugar, se desarrolló el concepto de estilos de crianza y parentalidad positiva y luego, el concepto de regulación emocional junto con sus implicancias y estrategias, para luego poder establecer la relación existente entre ambas variables.

El desarrollo y posterior difusión de la parentalidad positiva resulta importante ya que este estilo de crianza propicia el bienestar integral del infante, actuando como un factor protector que le permite al niño desarrollar la capacidad de regular sus emociones de manera eficaz. De igual manera, la puesta en práctica de este estilo de crianza establece un equilibrio entre el cariño y el establecimiento de límites, fomenta que el infante logre una regulación más independiente y autónoma, así como también un desarrollo emocional integral. Entonces, se puede sostener que el hacer uso de la parentalidad positiva permite que los hijos alcancen un mejor ajuste emocional y comportamental, dado que los padres estimulan la expresión de las necesidades de sus hijos.

Del mismo modo, la regulación emocional impacta de manera positiva en el desarrollo de los niños ya que favorece a que el sujeto pueda afrontar las diversas vicisitudes que se le presenten, a la correcta expresión de deseos, sentimientos y opiniones y a desenvolverse de manera sana y adaptativa en las distintas etapas de la vida. Además, permite adquirir una mayor y profunda conciencia emocional, lo que permite el enriquecimiento de la experiencia emocional, potenciando la salud y la resiliencia psicológica.

Conjugar ambas variables permitirá que se vivencie un ambiente familiar más saludable, ya que, al priorizar el afecto, la puesta de límites y la comunicación, se permitirá que tanto padres como hijos puedan expresar todo aquello que les esté sucediendo de manera asertiva y adaptativa. Se logrará también un correcto funcionamiento a nivel social y comportamental.

Se mencionaron hasta aquí los beneficios estudiados de la parentalidad positiva y la manera en la que ésta influye en la regulación emocional infantil. De todos modos, se sigue sosteniendo la existencia de espacios en los que los padres puedan expresar su experiencia y aprender herramientas para seguir educando a sus hijos en emociones, ya que esto favorecerá no sólo a la mejora en el vínculo entre padres e hijos sino también a que se pueda llevar a cabo una crianza enfocada en las fortalezas y debilidades del menor, sin perder de vista que cada niño es único e irrepetible.

A modo de conclusión, se puede afirmar que la parentalidad positiva favorece la regulación emocional infantil. Sin embargo, resulta pertinente aclarar que para que esto pueda llevarse a cabo de manera óptima y eficaz, sería conveniente un mayor desarrollo de escritos académicos sobre la temática en la etapa de la infancia. Asimismo, sería

recomendable que se lleven a cabo espacios de reflexión, talleres y programas de promoción e intervención para padres, para poder guiarlos y acompañarlos en la ardua tarea de educar a nivel emocional.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ahmed, M. D., y EMOCIONAL, E. (2010). Actividades de relajación en Educación Infantil y Primaria. *Innovación y experiencias educativas*, 34, 1-9.

Amboya Nugra, N. E. (2021). *Las emociones en el desarrollo socio afectivo en niños de 4 a 5 años* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil-Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación).

Ambrona Benito, T., López Pérez, B., y Márquez González, M. (2012). Eficacia de un programa de educación emocional breve para incrementar la competencia emocional de niños de educación primaria. *Revista española de orientación y psicopedagogía*.

Andrés, M. L., Castañeiras, C. E., y de Minzi, M. C. R. (2014). Contribución de las estrategias cognitivas de regulación emocional en ansiedad, depresión y bienestar en niños de 10 años. Resultados preliminares. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 6(2), 81-89.

Andrés, M. L., Castañeiras, C. E., y Richaud, M. C. (2014). Relaciones entre la personalidad y el bienestar emocional en niños. El rol de la regulación emocional. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 8(2), 217-241.

Andrés, M. L., Stelzer, F., Vernucci, S., Juric, L. C., Galli, J. I., y Guzmán, J. I. N. (2017). Regulación emocional y habilidades académicas: relación en niños de 9 a 11 años de edad. *suma psicológica*, 24(2), 79-86.

Angeles Yépez, C. L. (2016). Programa de regulación emocional mediante actividades de movimiento para niños de 4 años.

Araque-Hontangas, N. (2017). La educación emocional en el proceso educativo inicial en Ecuador y España. *UTCiencia" Ciencia y Tecnología al servicio del pueblo"*, 2(3), 150-161.

- Berking, M., y Wupperman, P. (2012). Emotion regulation and mental health: recent findings, current challenges, and future directions. *Current opinion in psychiatry*, 25(2), 128-134
- Bravo Guaqueta, A. C., y Cubides Tapieros, J. M. (2020). El Arte, una herramienta para la autorregulación emocional.
- Brumariu, L. E. (2015). Parent–child attachment and emotion regulation. *New directions for child and adolescent development*, 2015(148), 31-45.
- Cabezas, J. B. (2018). Autocontrol en niños y niñas, desde un enfoque de crianza positiva, en el nivel de preescolar. *RedPensar*, 7(1), 1-18.
- Capano, Á., y Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres. *Ciencias psicológicas*, 7(1), 83-95.
- Capano, A., Pacheco, A., y Ubach, A. (2014). Parentalidad positiva: recurso para la prevención del maltrato en la infancia y adolescencia. *Kénosis*, 2(3), págs-70
- Cardona, L. M. G. (2017). Primera infancia y educación emocional. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, (52), 174-184.
- Cepa Serrano, A., Heras Sevilla, D., y Lara Ortega, F. (2016). Desarrollo emocional: evaluación de las competencias emocionales en la infancia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 75.
- Chango Querido, J. G. (2021). *Estilos de crianza parental y el desarrollo de la inteligencia emocional en las/los estudiantes del Tercer y Cuarto año de la Escuela Particular de Educación Básica “Albert Einstein” del cantón Pillaro de la provincia de Tungurahua* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato-Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación-Carrera de Psicología Educativa).
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., ... y Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological bulletin*, 143(9), 939.

Conde, A. C., y Gotschlich, E. S. (2015). Reflexiones en torno a las competencias parentales: una propuesta de definición. *Revista chilena de derecho y ciencia política*, 6(1), 35-51.

de Soria, A. B. M., y Estupiñan, L. Y. S. (2013). "Parentalidad positiva" o ser padres y madres en la educación familiar. *Estudios sobre educación*, 25, 133-149.

Echeverría Aldana, B. (2021). CODIP-R: *un programa para trabajar emociones y resolución de conflictos*.

Fiestas Llenque, S. B. (2020). Rincón de las emociones para mejorar la regulación emocional al en niños de cuatro años-Institución Educativa N° 008-La Victoria.

Gómez, E. O., y Guardiola, V. J. V. (2014). Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización. *Justicia juris*, 10(1), 11-20.

Grimaldo Muchotrigo, M., y Merino Soto, C. A. (2020). Efectos de un Programa de Intervención sobre las habilidades emocionales en niños preescolares. *Revista española de orientación y psicopedagogía*.

Gross, J. J. (2013). Emotion regulation: taking stock and moving forward. *Emotion*, 13(3), 359.

Heras Sevilla, D., Cepa Serrano, A., y Lara Ortega, F. (2016). Desarrollo emocional en la infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. Revista INFAD de Psicología.*, 1(1), 67.

Imbacuan, G. L. R., Ortega, H. F. L., y Herrera, J. D. G. (2019). Habilidades psicosociales en niños y adolescentes como herramientas para una vida productiva. *Boletín Informativo CEI*, 6(2), 28-35.

Infante Blanco, A., y Martínez Licon, J. F. (2016). Concepciones sobre la crianza: el pensamiento de madres y padres de familia. *Liberabit*, 22(1), 31-41.

Iral, M. D. P. M., Córdoba, P. A. Q., y Gómez, S. C. R. (2019). Influencia de las relaciones familiares en la primera infancia. *Poiésis*, (36), 164-183.

- Jimeno, A. P., y López, S. C. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de psicología*, 36(1), 74-83.
- Jorge, E., y González, M. C. (2017). Estilos de crianza parental: una revisión teórica. *Informes Psicológicos*, 17(2), 39-66.
- Jiménez, L., y Hidalgo, M. V. (2017). La incorporación de prácticas basadas en evidencias en el trabajo con familias: los programas de promoción de parentalidad positiva. *Apuntes de Psicología*, 34(2-3), 91-100.
- Latorre, F. L. (2011). Parentalitat positiva. Las bases de la construcció de la persona. *Educació social. Revista d'intervenció socioeducativa*, (49), 71-89.
- López, S. T., Calvo, J. V. P., y Pérez, O. G. (2015). Parentalidad positiva y formación experiencial: análisis de los procesos de cambio familiar. *REMIE: Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 5(3), 296-315.
- López-Pereyra, M., Armenta-Hurtarte, C., Vega, M. D. P. G., y Díaz, O. P. (2021). El bienestar emocional en las niñas y los niños. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(2), 53-70.
- López, E. C., Puente, C. P. (2017). Regulación emocional en la infancia. Relación con la personalidad, la calidad de vida y la regulación emocional paterna. *Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology*, 11(3).
- López, S. T. (2018). La Educación Parental desde el enfoque de la Parentalidad Positiva. Modalidades y recursos en la Etapa de Educación Infantil. *RELAdEI. Revista Latinoamericana de Educación Infantil*, 7(2-3).
- Losada, A. V., Estevez, P., y Caronello, T. (2020). Estilos Parentales y Autorregulación Emocional Infantil Revisión Narrativa de la literatura. *Revista REDES*, (40).
- Mascareño González, E. (2021). Parentalidad Positiva: la importancia de conocer el apego y los estilos de crianza para mejorar las relaciones familiares.

Mollón Bou, O. (2015). Educación emocional en la familia: escuela de padres “+ emocionales”.

Montoya-Castilla, I., Prado-Gascó, V., Villanueva-Badenes, L., y González-Barrón, R. (2016). Adaptación en la infancia: influencia del estilo parental y del estado de ánimo. *Acción Psicológica*, 13(2), 15-30.

Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., y Houlberg, B. J. (2017). The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence. *Child Development Perspectives*, 11(4), 233-238

Murillo, A. L., Sánchez-Gómez, M., y Bresó, E. (2020). Inteligencia emocional en familia: Un programa formativo para padres e hijos de 3 a 6 años. *Know and Share Psychology*, 1(4).

Muslera, M. (2016). Educación Emocional en niños de 3 a 6 años.

Muzzio, E. G., y Quinteros, M. M. M. (2014). Escala de parentalidad positiva.

Offroy Arabaolaza, S. (2020). El uso del teatro y la música como recurso para trabajar la regulación emocional en las aulas de infantil.

Olhaberry, M., y Sieverson, C. (2022). Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 33(4), 358-366.

Oros, L. B., y Fontana Nalesso, A. C. (2015). Niños socialmente hábiles:¿ Cuánto influyen la empatía y las emociones positivas?. *Interdisciplinaria*, 32(1), 109-125.

Ossa Ríos, O. N. (2016). Incidencia de la lectura crítica de cuentos infantiles para el desarrollo de las competencias emocionales—empatía y regulación emocional—de niños y niñas del grado transición de una Institución pública del municipio de Medellín, corregimiento de San Cristóbal-Antioquia.

Palacio, P. A. S., y Múnera, M. V. (2018). El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental. *Psicoespacios: Revista virtual de la Institución Universitaria de Envigado*, 12(20), 173-198.

- Perera Medina, C. (2017). Conciencia emocional y regulación emocional.
- Pérez, O. G., y Bello, N. C. (2017). Regulación emocional: definición, red nomológica y medición. *Revista mexicana de investigación en psicología*, 8(1), 96-117.
- Pinta, S., Pozo, M., Yépez, E., Cabascango, K., y de los Ángeles Carpio, M. (2019). Primera infancia: estudio relacional de estilos de crianza y desarrollo de competencias emocionales. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 8(2), 171-188.
- Pogo Labanda, G. L. (2018). Análisis teórico práctico del funcionamiento y estructura de la familia nn desde el enfoque sistémico.
- Pulido-Escobar, P. A., Rey-Gómez, N. P., Santamaría-Uribe, L. S., Rodríguez-Prieto, A. C., Acosta-Peña, M. C., y Martínez-Parra, M. Á. (2022). Guía práctica para el entrenamiento de habilidades de regulación emocional y habilidades interpersonales.
- Quintana, J. C. M., y López, M. J. R. (2013). La promoción de la parentalidad positiva. *Educação, Ciência e Cultura*, 18(1), 77-88.
- Quintero-Gil, J., Álvarez-Pérez, P. A., y Restrepo-Escobar, S. M. (2022). Las habilidades de autocontrol y autorregulación en la edad preescolar. *Journal of Neuroeducation*, 2(2).
- Ramírez-Lucas, A., Ferrando, M., y Sainz, A. (2015). ¿Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo emocional de sus hijos escolarizados en 2º ciclo de educación infantil? *Acción psicológica*, 12(1), 65-78.
- Ramos, N., Recondo, O., y Pelegrina, M. (2016). Desarrollo de la Inteligencia Emocional a través del programa mindfulness para regular emociones (PINEP) en el profesorado. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, 30(3), 47-59.
- Rodrigo, M. J., Amorós, P., Arranz Freijo, E., Hidalgo García, M., Máiquez Chaves, M. L., Martín, J. C., ... y de Municipios, F. E. (2015). Guía de buenas prácticas en parentalidad positiva. Un recurso para apoyar la práctica profesional con familias.

Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Martín, J. C., y Rodríguez, B. (2015). La parentalidad positiva desde la prevención y la promoción. Manual práctico de parentalidad positiva, 2, 25-43, *Ed. Madrid*

Ruiz Gutiérrez, M. (2017). El juego: Una herramienta importante para el desarrollo integral del niño en Educación Infantil.

Ruiz, M., Reyes, A., y Carrasco, M. (2017). Estrés y ansiedad. *Técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson, Revista Electrónica.*

Ruiz, E., Salazar, I. C., y Caballo, V. E. (2012). Inteligencia emocional, regulación emocional y estilos/trastornos de personalidad. *Behavioral Psychology*, 20(2), 281-304

Rutherford, H. J., Wallace, N. S., Laurent, H. K., y Mayes, L. C. (2015). Emotion regulation in parenthood. *Developmental Review*, 36, 1-14.

Sabatier, Colette, Restrepo Cervantes, Dayana, Moreno Torres, Mayilín, Hoyos De los Ríos, Olga, y Palacio Sañudo, Jorge. (2017). Emotion Regulation in Children and Adolescents: concepts, processes and influences. *Psicología desde el Caribe*, 34(1), 101-110

Sabogal Mojica, T. V., y León-Herrera, M. F. (2018). Estilo parental autoritario y efectos psicosociales en los hijos.

Sáez Giráldez, A. (2021). Educar en inteligencia emocional: una labor compartida entre familia y escuela.

Sánchez, J. H., Arreola, A. D. C., y Palencia, A. R. (2015). Estilos parentales de crianza: una revisión teórica. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 3(6)

Sarmiento-Henrique, R., Lucas-Molina, B., Quintanilla-Cobián, L., y Giménez-Dasí, M. (2017). La evaluación multi-informante de la regulación emocional en edad preescolar: un estudio longitudinal. *Psicología educativa*, 23(1), 1-7.

Simaes, A. C., Mancini, N. A., y De Grandis, M. C. (2021). Estudio longitudinal sobre la parentalidad positiva en primera infancia durante el contexto por COVID-19. In *XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del*

MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.

Torío López, S. Peña Calvo, V., y Rodríguez Menéndez, C. (2008). Estilos educativos parentales: revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 20, 151-178

Torres Gavilán, R. (2017). La atención plena o mindfulness en la educación emocional: “Taller de educación emocional y atención plena para niños de 4 a 8 años”.

Thümmel, R., Engel, E. M., y Bartz, J. (2022). Strengthening Emotional Development and Emotion Regulation in Childhood—As a Key Task in Early Childhood Education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3978.

Vargas Gutiérrez, R. M., y Muñoz-Martínez, A. M. (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24, 225-240.

Velazco Valderrama, C. (2021). Control y Autorregulación de las emociones: La importancia del Rincón de la Calma.

Vélez Zappala, M. M. (2014). Herramienta didáctica (Cuky) para la potencialización del desarrollo de la autorregulación emocional en niños de preescolar.

6. APÉNDICE

AÑO	AUTOR/ES	TÍTULO	ARTÍCULO O LIBRO	OBJETIVOS
2022	Olhaberry, M., y Sieverson, C.	Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional	Artículo teórico	Describir y analizar la forma en la que ocurre el desarrollo socio-emocional infantil y el logro de la regulación emocional.

2022	Pulido-Escobar, P. A., Rey-Gómez, N. P., Santamaría-Uribe, L. S., Rodríguez-Prieto, A. C., Acosta-Peña, M. C., y Martínez-Parra, M. Á	Guía práctica para el entrenamiento de habilidades de regulación emocional y habilidades interpersonales.	Revista	Explicar el modelo de regulación emocional, desarrollar y fortalecer habilidades de regulación emocional a través de diversas actividades.
2022	Quintero-Gil, J., Álvarez-Pérez, P. A., y Restrepo-Escobar, S. M.	Las habilidades de autocontrol y autorregulación en la edad preescolar.	Artículo teórico	Diferenciar y explicar el concepto de autorregulación y el autocontrol en la edad preescolar.
2022	Thümmler, R., Engel, E. M., y Bartz, J.	Strengthening Emotional Development and Emotion Regulation in Childhood—As a Key Task in Early Childhood Education	Artículo teórico	Exponer el desarrollo emocional y el desarrollo de habilidades de regulación de las emociones en la infancia.
2021	Amboya Nugra, N. E	Las emociones en el desarrollo socio afectivo en niños de 4 a 5 años	Tesis de grado, Ecuador	Explicar la manera en la que intervienen las emociones en el desarrollo socio-afectivo de niños de 4 y 5 años.

2021	Chango Querido, J. G.	Estilos de crianza parental y el desarrollo de la inteligencia emocional en las/los estudiantes del Tercer y Cuarto año de la Escuela Particular de Educación Básica “Albert Einstein” del cantón Píllaro de la provincia de Tungurahua	Tesis de grado, Ecuador	Determinar la relación existente entre los estilos de crianza parental y el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes del Tercer y Cuarto año.
2021	Echeverría Aldana, B.	CODIP-R: un programa para trabajar emociones y resolución de conflictos.	Tesis doctoral, España	Evaluar las competencias socioemocionales a través de un programa llamado CODIP-R
2021	López-Pereyra, M., Armenta-Hurtarte, C., Vega, M. D. P. G., y Díaz, O. P.	El bienestar emocional en las niñas y los niños	Artículo teórico	Explicar el desarrollo y bienestar emocional en la infancia.
2021	Mascareño González, E.	Parentalidad Positiva: la importancia de conocer el apego y los estilos de crianza para mejorar las relaciones familiares.	Tesis de grado, España	Estudiar la parentalidad positiva y analizar los estilos de apegos, estilos parentales, regulación emocional y riesgos psicosociales.
2021	Sáez Giráldez, A.	Educación en inteligencia emocional: una labor compartida entre familia y escuela.	Tesis de grado, España	Estudiar la inteligencia emocional y dar a conocer una propuesta de intervención entre

				niños y niñas de 4 años y sus familias.
2021	Simaes, A. C., Mancini, N. A., y De Grandis, M. C.	Estudio longitudinal sobre la parentalidad positiva en primera infancia durante el contexto por COVID-19.	Artículo empírico, Argentina	Evaluar las diferencias de la parentalidad positiva entre el 2020 y el 2021.
2021	Velazco Valderrama, C.	Control y Autorregulación de las emociones: La importancia del Rincón de la Calma.	Tesis de grado, Málaga	Analizar la importancia de las emociones en la infancia y cómo regularlas a través del Rincón de la Calma.
2020	Bravo Guaqueta, A. C., y Cubides Tapieros, J. M	El Arte, una herramienta para la autorregulación emocional.	Tesis de grado, Colombia	Exponer la manera en la que los niños y niñas pueden lograr la regulación emocional a través del arte y en el espacio lúdico familiar.
2020	Fiestas Llenque, S. B.	Rincón de las emociones para mejorar la regulación emoción al en niños de cuatro años-Institución Educativa N° 008-La Victoria.	Tesis de grado, Perú	Explicar la forma de intervención mediante el Rincón de las emociones en niños de cuatro años con dificultad para regular sus emociones.

2020	Grimaldo Muchotrigo, M., y Merino Soto, C. A.	Efectos de un Programa de Intervención sobre las habilidades emocionales en niños preescolares	Artículo empírico, Lima	Determinar los efectos de un programa de intervención cuyo objetivo es reconocer y expresar las emociones positivas y aprender a manejar las emociones negativas en un grupo de niños en edad preescolar.
2020	Losada, Estevez y Caronello	Estilos Parentales y Autorregulación Emocional Infantil Revisión Narrativa de la literatura.	Artículo teórico	Explicar los estilos parentales y su relación con la autorregulación emocional infantil
2020	Murillo, A. L., Sánchez-Gómez, M., y Bresó, E	Inteligencia emocional en familia: Un programa formativo para padres e hijos de 3 a 6 años	Artículo empírico, España	Facilitar el desarrollo de la inteligencia emocional en niños de 3 a 6 años a través de la colaboración de sus padres.
2020	Offroy Arabaolaza, S	El uso del teatro y la música como recurso para trabajar la regulación emocional en las aulas de infantil.	Tesis de grado, España	Explicar los modelos de regulación emocional y el beneficio del teatro y la música en ello.

2019	Imbacuan, G. L. R., Ortega, H. F. L., y Herrera, J. D. G.	Habilidades psicosociales en niños y adolescentes como herramientas para una vida productiva.	Artículo empírico, Colombia	Mostrar un plan de implementación de un proyecto de fortalecimiento de habilidades comunicativas y emocionales en niños provenientes de una Fundación, para poder contribuir con el desarrollo individual, familiar y social desde la perspectiva de las habilidades para la vida.
2019	Iral, M. D. P. M., Córdoba, P. A. Q., y Gómez, S. C. R	Influencia de las relaciones familiares en la primera infancia	Artículo teórico	Analizar la influencia de las relaciones familiares en el desarrollo de la primera infancia.
2019	Jimeno, A. P., y López, S. C	Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias	Artículo teórico	Explicar y diferenciar los conceptos de regulación emocional y afrontamiento.
2019	Pinta, Pozo, Yépez, Cabascango y de los Ángeles Carpio	Primera infancia: estudio relacional de estilos de crianza y desarrollo de competencias emocionales.	Artículo empírico Ecuador	Exponer los resultados obtenidos a partir de la aplicación de la escala de parentalidad positiva y su relación con los estilos de crianza y el desarrollo de las competencias emocionales.

2018	Cabezas, J. B.	Autocontrol en niños y niñas, desde un enfoque de crianza positiva, en el nivel de preescolar.	Artículo empírico, Costa Rica	Describir el desarrollo del autocontrol en niños de preescolar a través de una intervención dirigida a las familias desde estrategias de la crianza positiva.
2018	López, S. T.	La Educación Parental desde el enfoque de la Parentalidad Positiva. Modalidades y recursos en la Etapa de Educación Infantil	Artículo teórico	Desarrollar el concepto de parentalidad positiva y proporcionar argumentos para fomentar la educación parental.
2018	Palacio, P. A. S., y Múnera, M. V.	El papel de la familia en el desarrollo social del niño: una mirada desde la afectividad, la comunicación familiar y estilos de educación parental.	Artículo teórico	Identificar elementos de las dinámicas familiares (como la afectividad, la comunicación familiar y los estilos de educación parental) que inciden en la formación de las habilidades psicosociales de los niños.
2018	Pogo Labanda, G. L	Análisis teórico práctico del funcionamiento y estructura de la familia nn desde el enfoque sistémico.	Tesis de grado, Ecuador	Proporcionar la definición del término familia y analizar el funcionamiento familiar desde el enfoque sistémico de una familia ecuatoriana.

2018	Sabogal Mojica, T. V., y León-Herrera, M. F	Estilo parental autoritario y efectos psicosociales en los hijos.	Artículo teórico	Identificar los efectos psicosociales que trae consigo el implementar en la convivencia con los hijos el estilo de crianza autoritario.
2017	Andrés, M. L., Stelzer, F., Vernucci, S., Juric, L. C., Galli, J. I., y Guzmán, J. I. N.	Regulación emocional y habilidades académicas: relación en niños de 9 a 11 años de edad	Artículo empírico, España	Analizar la regulación emocional y su incidencia en las habilidades académicas en niños de 9 a 11 años de edad.
2017	Araque Hontangas	La educación emocional en el proceso educativo inicial en Ecuador y España.	Artículo teórico	Demostrar la importancia de la educación emocional y su relación con la escuela y la familia para su desarrollo
2017	Cardona	Primera infancia y educación emocional.	Artículo teórico	Evidenciar la importancia de la educación emocional en la primera infancia
2017	Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., ... y Thigpen, J. C	Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review.	Artículo empírico, Australia	Analizar las convergencias y divergencias entre el afrontamiento y la regulación emocional.
2017	Jorge y González	Estilos de crianza parental: una revisión teórica.	Artículo teórico	Analizar los estudios existentes de los estilos parentales de crianza

2017	Jiménez, L., y Hidalgo, M. V.	La incorporación de prácticas basadas en evidencias en el trabajo con familias: los programas de promoción de parentalidad positiva	Artículo teórico	Introducir el enfoque de parentalidad positiva para poder trabajar con familias y describir los principales criterios de calidad de los programas basados en evidencias respecto de esta temática.
2017	López, E. C., Puente, C. P	Regulación emocional en la infancia. Relación con la personalidad, la calidad de vida y la regulación emocional paterna	Artículo empírico, Chile	Analizar la regulación emocional en la población infantil y su relación con la personalidad y la calidad de vida.
2017	Morris, A. S., Criss, M. M., Silk, J. S., y Houlberg, B. J	The impact of parenting on emotion regulation during childhood and adolescence	Artículo teórico	Detallar el concepto de regulación emocional y fundamental la importancia del rol parental para que los niños y adolescentes puedan regular correctamente sus emociones.
2017	Perera Medina, C.	Conciencia emocional y regulación emocional.	Trabajo final de postgrado, España	Examinar la importancia de trabajar con emociones desde la infancia.

2017	Pérez, O. G., y Bello, N. C	Regulación emocional: definición, red nomológica y medición	Artículo teórico	Presentar la definición de emociones y regulación emocional, analizar las estrategias existentes para regular las emociones y mostrar los elementos que se suelen utilizar para medir este constructo.
2017	Ruiz Gutiérrez, M	El juego: Una herramienta importante para el desarrollo integral del niño en Educación Infantil.	Tesis de grado, España	Exponer la importancia del juego infantil para el desarrollo integral de niño.
2017	Ruiz, M., Reyes, A., y Carrasco, M.	Estrés y ansiedad	Artículo teórico	Desarrollar diversas técnicas de relajación.
2017	Sabatier, Colette, Restrepo Cervantes, Dayana, Moreno Torres, Mayilín, Hoyos De los Rios, Olga, y Palacio Sañudo, Jorge	Emotion Regulation in Children and Adolescents: concepts, processes and influences	Artículo teórico	Proporcionar información sobre la regulación emocional.
2017	Sarmento-Henrique, R., Lucas-Molina, B., Quintanilla-Cobián, L., y Giménez-Dasí, M	La evaluación multi-informante de la regulación emocional en edad preescolar: un estudio longitudinal.	Artículo empírico, España	Indagar sobre la coincidencia de padres y profesores a la hora de valorar la capacidad de regulación emocional de niños en edad preescolar y examinar la estabilidad de dicha valoración a lo largo del tiempo.

2017	Torres Gavilán, R.	La atención plena o mindfulness en la educación emocional: “Taller de educación emocional y atención plena para niños de 4 a 8 años”.	Trabajo final de postgrado, España	Presentar un taller de educación emocional y atención plena para niños de cuatro a ocho años de edad.
2016	Angeles Yépez, C. L	Programa de regulación emocional mediante actividades de movimiento para niños de 4 años.	Tesis de grado, Perú	Ilustrar cómo niños de 4 años logran regular sus emociones a través de diversas actividades de movimiento.
2016	Cepa Serrano, A., Heras Sevilla, D., y Lara Ortega, F	Desarrollo emocional: evaluación de las competencias emocionales en la infancia	Artículo empírico, España	Evaluar determinadas competencias emocionales de alumnos de Educación Infantil.
2016	Heras Sevilla, D., Cepa Serrano, A., y Lara Ortega, F.	Desarrollo emocional en la infancia. Un estudio sobre las competencias emocionales de niños y niñas.	Artículo empírico, España	Analizar el desarrollo emocional en la infancia.
2016	Infante Blanco, A., y Martínez Licona, J. F.	Concepciones sobre la crianza: el pensamiento de madres y padres de familia.	Artículo empírico, México	Evaluar las concepciones que los padres y madres de familia tienen acerca de la crianza.
2016	Montoya-Castilla, I., Prado-Gascó, V., Villanueva-Badenes, L., y González-Barrón, R.	Adaptación en la infancia: influencia del estilo parental y del estado de ánimo.	Artículo empírico, España	Estudiar la relación existente entre los estilos parentales y los estados emocionales.

2016	Muslera, M	Educación Emocional en niños de 3 a 6 años.	Tesis de grado, Uruguay	Desarrollar el concepto y los beneficios de la educación emocional en niños de 3 a 6 años.
2016	Ossa Ríos, O. N.	Incidencia de la lectura crítica de cuentos infantiles para el desarrollo de las competencias emocionales— empatía y regulación emocional—de niños y niñas del grado transición de una Institución pública del municipio de Medellín, corregimiento de San Cristóbal—Antioquia.	Artículo empírico, España	Determinar si la lectura de cuentos infantiles favorece las competencias emocionales empatía y regulación emocional en niños de edad preescolar.
2016	Ramos, N., Recondo, O., y Pelegrina, M.	Desarrollo de la Inteligencia Emocional a través del programa mindfulness para regular emociones (PINEP) en el profesorado	Artículo empírico, España	Exponer la relación existente entre la práctica del Mindfulness y la inteligencia emocional.
2015	Brumariu, L. E.	Parent—child attachment and emotion regulation	Artículo teórico	Analizar la relación entre el apego y la regulación de las emociones en la infancia.

2015	Conde, A. C., y Gotschlich, E. S	Reflexiones en torno a las competencias parentales: una propuesta de definición	Artículo teórico	Explicar el rol de la familia y la importancia de las competencias parentales de los padres para el desarrollo integral de los hijos.
2015	López, Calvo y Pérez	Parentalidad positiva y formación experiencial: análisis de los procesos de cambio familiar.	Artículo empírico, Asturias	Estudiar la relación entre la parentalidad positiva y la formación experiencial en los procesos de cambio en la dinámica familiar
2015	Mollón Bou, O.	Educación emocional en la familia: escuela de padres “+ emocionales”.	Tesis de grado, España	Transmitir la importancia de la educación emocional y los beneficios de ésta sobre la salud mental y emocional.
2015	Oros, L. B., y Fontana Nalesso, A. C.	Niños socialmente hábiles:¿ Cuánto influyen la empatía y las emociones positivas?	Artículo empírico, Argentina	Analizar el impacto de la empatía y las emociones positivas sobre la ejecución de las habilidades sociales en la niñez.
2015	Ramírez Lucas, Ferrando y Sainz	¿Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo emocional de sus hijos escolarizados en 2º ciclo de	Artículo empírico, Murcia	Analizar la relación entre inteligencia emocional y estilos parentales

		educación infantil?		
2015	Rodrigo, M. J., Amorós, P., Arranz Freijo, E., Hidalgo García, M., Máiquez Chaves, M. L., Martín, J. C., ... y de Municipios, F. E.	Guía de buenas prácticas en parentalidad positiva. Un recurso para apoyar la práctica profesional con familias.	Revista	Desarrollar el concepto de parentalidad positiva y ofrecer una guía de actuación para las familias.
2015	Rodrigo, Maiquez, Martín y Rodríguez	La parentalidad positiva desde la prevención y la promoción.	Artículo teórico	Explicar el concepto de parentalidad positiva desde la prevención y promoción
2015	Rutherford, H. J., Wallace, N. S., Laurent, H. K., y Mayes, L. C	Emotion regulation in parenthood.	Artículo teórico	Examinar el papel de la regulación emocional en la parentalidad.
2015	Sánchez, Arreola y Palencia	Estilos parentales de crianza: una revisión teórica.	Artículo teórico	Abordar los estilos parentales desde su origen y sus consecuencias en el desarrollo de la salud psicológica de los individuos

2014	Andrés, M. L., Castañeiras, C. E., y de Minzi, M. C. R	Contribución de las estrategias cognitivas de regulación emocional en ansiedad, depresión y bienestar en niños de 10 años. Resultados preliminares	Artículo empírico, Argentina	Analizar la contribución de las estrategias cognitivas de regulación emocional en indicadores de ansiedad, depresión y de bienestar subjetivo en niños de 10 años.
2014	Andrés, M. L., Castañeiras, C. E., y Richaud, M. C.	Relaciones entre la personalidad y el bienestar emocional en niños. El rol de la regulación emocional	Artículo empírico, Chile	Analizar las estrategias de regulación emocional de niños de 9 a 12 años y establecer la relación entre la personalidad y el bienestar emocional.
2014	Capano, A., Pacheco, A., y Ubach, A	Parentalidad positiva: recurso para la prevención del maltrato en la infancia y adolescencia.	Artículo teórico	Describir los desarrollos conceptuales que se relacionan a familias, competencias parentales, maltrato infantil y parentalidad positiva.
2014	Gómez y Guardiola	Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización.	Artículo teórico	Reflexionar sobre el concepto de familia desde varias disciplinas
2014	Muzzio, E. G., y Quinteros, M. M. M	Escala de parentalidad positiva.	Artículo empírico, Chile	Difundir los motivos y la forma en la que se creó este instrumento de evaluación.

2014	Vélez Zappala, M. M.	Herramienta didáctica (Cuky) para la potencialización del desarrollo de la autorregulación emocional en niños de preescolar.	Tesis de grado, Colombia	Proponer una herramienta didáctica que potencie la regulación emocional en los niños y brindar a los padres, profesionales y docentes soluciones y estrategias para que ayuden a los niños a desarrollar el control de las emociones.
2013	Capano y Ubach	Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres.	Artículo teórico	Conocer el concepto de estilo parental junto con el de parentalidad positiva y sus consecuencias en niños y adolescentes
2013	de Soria, A. B. M., y Estupiñan, L. Y. S	"Parentalidad positiva" o ser padres y madres en la educación familiar.	Artículo teórico	Explicar el concepto de parentalidad positiva e indagar la finalidad de los programas educativos que la promueven.
2013	Gross, J. J.	Emotion regulation: taking stock and moving forward	Artículo teórico	Analizar el concepto de regulación emocional y sus implicancias.
2013	Quintana, J. C. M., y López, M. J. R.	La promoción de la parentalidad positiva.	Artículo teórico	Definir el concepto de parentalidad positiva y dar a conocer la importancia de la promoción de la misma.

2013	Vargas Gutiérrez, R. M., y Muñoz-Martínez, A. M.	La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual.	Artículo teórico	Revisar el fundamento conceptual de la regulación emocional y el desarrollo de investigaciones que den cuenta de los procesos que lo explican.
2012	Ambrona Benito, T., López Pérez, B., y Márquez González, M.	Eficacia de un programa de educación emocional breve para incrementar la competencia emocional de niños de educación primaria	Artículo empírico, España	Contrastar la eficacia del programa de educación emocional dirigido a niños de primaria para incrementar la capacidad de los niños para reconocer y comprender emociones simples y complejas.
2012	Berking, M., y Wupperman, P	Emotion regulation and mental health: recent findings, current challenges, and future directions	Artículo teórico	Proporcionar una revisión integradora de la regulación emocional y su implicancia en la salud mental.
2012	Ruiz, E., Salazar, I. C., y Caballo, V. E.	Inteligencia emocional, regulación emocional y estilos/trastornos de personalidad.	Artículo empírico, España	Examinar la relación existente entre la inteligencia emocional percibida, la regulación emocional y los estilos de personalidad.
2011	Latorre	Parentalitat positiva. Les bases de la construcció de la persona.	Artículo teórico	Explorar el origen de la parentalidad positiva

2010	Ahmed, M. D., y EMOCIONAL, E.	Actividades de relajación en Educación Infantil y Primaria	Artículo teórico	Explicar diversas técnicas de relajación y cómo éstas pueden influir en el desarrollo emocional.
2008	Torío López, S. Peña Calvo, V., y Rodríguez Menéndez, C.	Estilos educativos parentales: revisión bibliográfica y reformulación teórica. Teoría de la Educación.	Artículo teórico	Revisar las investigaciones que relacionan los estilos educativos paternos con la niñez.