



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a
Distancia

Manuscrito Recepcional
Programa de profundización en Psicología de la
Salud

TALLER PARA FORTALECER EL VÍNCULO
AFECTIVO ENTRE PADRES Y MADRES DE HIJOS
E HIJAS DE ENTRE 6 Y 12 AÑOS, A TRAVÉS DE
TÉCNICAS DE LA TERAPIA DE ACEPTACIÓN Y
COMPROMISO (ACT) Y ATENCIÓN PLENA
(MINDFULNESS)

Reporte de Práctica de Servicio

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA (O) EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A N:

TANIA CARPINTEYRO RODRÍGUEZ
ALFREDO RODRÍGUEZ RAMOS

DIRECTORA DE TESIS

DRA. LORENA ALEJANDRA FLORES PLATA



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, Noviembre de 2023.



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Dedicatoria

A ese Ser supremo en el cual confío, que me ha mostrado el camino y no me deja sola.
A Alfredo mi esposo, por creer en mí aun cuando algunas veces no lo he hecho yo, por su apoyo incondicional y ayudarme a que todos mis sueños se hagan realidad.
A mis hijas Frida y Ana Victoria que me han regalado parte de su tiempo y su comprensión para realizar este sueño y compartirlo conmigo.
A nuestra directora de manuscrito, Dra. Lorena Flores, por ser una luz en este camino y ser una guía y ejemplo para mí.
A Alfredo Rodríguez, compañero inigualable y gran amigo que este proyecto me ha regalado.
A todas las personas y familiares que han contribuido en mi bienestar emocional, que me han brindado palabras motivadoras para no rendirme y estar junto a mí en los buenos y malos momentos, ustedes saben quiénes son....

Tania Carpinteyro Rodríguez

A mi amada familia, sin cuyo apoyo y comprensión no hubiera sido posible llegar hasta aquí; mi esposa Osiris, mi persona, que me impulsó y animó en los momentos que quise claudicar, que apoya mis locuras y mis emprendimientos y sobre todo por siempre estar; mis hijas, Iza y Andrea, que sacrificaron sus momentos para que yo cumpliera esta meta. A mis padres y hermanos que siempre me dieron palabras de aliento y motivación para alcanzar mis objetivos.
A mis compañeros en esta licenciatura, en especial a Tania que decidió compartir conmigo este trabajo, por la confianza, el equipo y sobre todo, la amistad.
A nuestra tutora, la Dra. Lorena Flores quien con su excelente guía y experiencia, nos ha llevado por este camino, sabiendo conducirnos, retornos y llevarnos a sacar lo mejor de nosotros.

Alfredo Rodríguez Ramos

Índice

Dedicatoria.....	1
Resumen	4
Introducción	6
El apego en la crianza	8
Clases de apego	8
Maltrato físico y psicológico en la crianza	10
Maltrato físico	11
Maltrato emocional o psicológico	12
• Rechazo	13
• Aterrorizar	13
• Aislamiento	13
• Ignorar	13
• Corromper	13
Maltrato por negligencia o abandono	14
Abuso sexual	14
Epidemiología sobre el maltrato infantil	16
El origen del estudio de los estilos de crianza parentales	18
Estilos de crianza	19
Consecuencias de las prácticas de crianza y los estilos parentales	22
Técnicas de modificación de conducta	23
El castigo como técnica y sus desventajas	24
Técnicas y terapias de tercera generación	26
La terapia de aceptación y compromiso (ACT)	27
El mindfulness	30
Metodología	35
Objetivo general	35
Objetivos específicos	35
Preguntas de Investigación	36
Hipótesis	36
Muestra	36
Participantes	37
Diseño del Estudio	37

VARIABLES DEPENDIENTES E INDEPENDIENTES	38
MATERIALES E INSTRUMENTOS	39
Consentimiento Informado	39
Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza (Parenting Styles and Dimension Questionnaire)	40
Escala de Parentalidad Positiva (e2p) de Gómez y Muñoz (2014)	41
Escenario	42
Procedimiento	43
Fase 1	43
Fase 2	44
Fase 3	45
Cronograma del taller	45
Contenidos del taller con actividades	47
Tabla de contenidos del taller.....	47
Análisis de resultados	54
Aspectos éticos	66
Limitaciones	67
Conclusiones	68
Referencias	72
Anexos	85
Anexo 1. Sesión 1. Carta descriptiva.....	85
Anexo 2. Sesión 2. Carta descriptiva.....	92
Anexo 3. Sesión 3. Carta descriptiva.....	98
Anexo 4. Sesión 4. Carta descriptiva.....	103
Anexo 5. Sesión 5. Carta descriptiva.....	107
Anexo 6. Sesión 6. Carta descriptiva.....	112
Anexo 7. Registro de Participantes con consentimiento informado.....	117
Anexo 8. Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza (Parenting Styles and Dimension Questionnaire).....	119
Anexo 9. Escala de Parentalidad Positiva 6 a 7 años.....	123
Anexo 10. Escala de Parentalidad Positiva 8-12 años.....	127
Anexo 11. Formulario Pretest con las escalas de valoración.....	131
Anexo 12. Formulario Post Test. Escalas de valoración.....	132

“Fortaleciendo el vínculo afectivo: Mejorando el desarrollo emocional de tus hijos e hijas en la primaria a través de la crianza democrática”

Resumen

El ejercicio de la parentalidad hoy en día se enfrenta a conceptos y prácticas que requieren atención y bases sólidas y seguras que resulten en una comunión entre la teoría y la práctica, que fomenten un vínculo afectivo saludable entre padres y madres con sus hijos e hijas, sobre todo en la etapa previa a la adolescencia, donde anticipadamente debieron establecerse las bases de una salud mental que integre prácticas reflexivas, protectoras, vinculares y formativas para fortalecer relaciones cálidas, estructuradas y no violentas en el entorno familiar.

En este trabajo se llevó a cabo un taller en modalidad a distancia, vía Zoom, con 14 madres y 3 padres de familia, quienes tenían hijos e hijas entre 6 y 12 años de edad ($M=10$) que radican dentro de la República Mexicana. El objetivo fue fortalecer los vínculos afectivos entre padres y madres de hijos e hijas de entre 6 y 12 años, empleando la defusión cognitiva y la identificación de valores compartidos de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y técnicas de atención plena (mindfulness). Se hizo una evaluación pretest y post test con el fin de identificar los cambios en las variables de estilos y prácticas parentales, así como el vínculo afectivo.

Los resultados mostraron que quienes implementaron las herramientas propuestas en el taller, mejoraron sus competencias parentales y reflexivas, reafirmando una crianza democrática establecida por elección y competencias protectoras más elevadas que a largo plazo pudieran generar un vínculo afectivo más sólido.

Palabras clave: Vínculo, Crianza Democrática, Atención plena, Aceptación y compromiso, parentalidad.

Abstract

The exercise of parenting nowadays is facing concepts and practices that require attention as well as solid and secure foundations that commune between theory and practice. This fosters a healthy emotional bond between fathers and mothers with their sons and daughters, especially in the pre-adolescence stage, where the foundations of mental health that integrate reflective, protective, bonding and training practices must be established in advance to strengthen warm, structured, and non-violent relationships in the family environment.

This work was carried out through an online workshop via Zoom, with 14 mothers and 3 fathers with sons and daughters between 6 and 12 years of age ($M=10$), who reside within Mexico. The objective was to strengthen the emotional ties between fathers and mothers of sons and daughters between 6 and 12 years old, using cognitive defusion, shared values identification from Acceptance and Commitment Therapy (ACT), as well as mindfulness techniques. A test - posttest evaluation was realized to identify changes in parenting styles, parenting practices and emotional bond as dependent variables.

The results showed that those who implemented the tools proposed in the workshop improved their parental and reflective skills, reaffirming a democratic parenting style established by choice and higher protective skills that in the long term could generate a stronger emotional bond.

Keywords: Bond, Democratic Parenting, Mindfulness, Acceptance and commitment, parenting.

Introducción

“Las buenas decisiones vienen de la experiencia, pero la experiencia viene de las malas decisiones”

(Mark Twain 1895-1910).

Es bien sabido que uno no nace sabiendo cosas, y es más sabido aún, que cometiendo errores se puede aprender. Cuando se tiene hijos, la única experiencia que existe es desde la perspectiva de hijos, y cómo se vio a los padres educar. Por más que se busque no repetir patrones, la forma en que han sido educados, está muy arraigada en la mente de los que se convierten en padres o madres. Aquellas frases que se decían, los elogios, las palabras usadas para regañar, incluso aquellos sobrenombres que se han utilizado por los padres o madres, inconscientemente los usan en sus hijos e hijas. Finalmente, es lo único que se conoce. Pero entonces, ¿Qué se puede hacer para mejorar lo que han hecho los antecesores? ¿Dónde se aprende a ser padre o madre?

“Los postulados clásicos sostienen que los estilos parentales de los padres juegan un rol fundamental en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los hijos” (Córdoba, 2014, p. 1).

Los estilos de crianza son un concepto conocido y bastante estudiado en la investigación sobre la crianza de hijas e hijos, teniendo madres y padres un rol fundamental en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los hijos e hijas. La interacción que se da en la familia apuntó Rodríguez-Villamizar y Amaya-Castellanos (2019), permite el desarrollo de habilidades personales orientadas al cuidado y a la generación de acciones que promuevan la propia salud y la de los demás; así lo demanda la promoción de la salud en uno de sus ejes estratégicos. Es en el núcleo familiar donde se genera la crianza, la cual transfiere valores culturales y como manifestó Rodríguez-Villamizar & Amaya-Castellanos

(2019) contribuye a la preparación de la vida adulta; señalan estudios que la confianza de madres y padres está relacionada con la forma de crianza, donde los padres inseguros ejercerán estilos de crianza más extremos, estos serán autoritarios o permisivos.

Por otro lado, si madres y padres perciben conductas que describen como inadecuadas en los hijos, Rodríguez-Villamizar y Amaya-Castellanos (2019) mencionan que se puede generar frustración, molestia, tristeza, depresión y ansiedad en los padres o cuidadores, vinculándolos a niveles de estrés altos y una baja sensación de autoeficacia frente al rol parental. Estas situaciones repercutirán invariablemente en la conducta de los hijos, ya que éstos frente a un manejo poco asertivo, podrían desarrollar conductas agresivas, depresión o ansiedad, que repercutirán en su salud mental como menciona Córdoba (2014).

La modificación de patrones de crianza podría crear ambientes más positivos entre madres, padres o cuidadores de hijas e hijos, favoreciendo en ellos y ellas la autoestima y la sensación de bienestar (Rodríguez-Villamizar y Amaya-Castellanos, 2019).

El objetivo general de este taller fue brindar a los padres, madres y cuidadores o cuidadoras estrategias para fortalecer los vínculos afectivos entre padres y madres de hijos e hijas de entre 6 y 12 años, empleando la defusión cognitiva y la identificación de valores compartidos de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y técnicas de atención plena (mindfulness); dando a conocer a los padres y madres de familia los estilos de crianza existentes para que reconozcan aquellas prácticas parentales que ejercen en sus familias. Brindando información sobre la importancia de implementar técnicas de crianza que mejoren el vínculo afectivo con sus hijas e hijos, relacionando así estos estilos de crianza parental con el vínculo que se forma.

El apego en la crianza

Al hablar de crianza también es importante hablar del apego, algunos autores como Bretherton (1992) como se citó en Blair-Gómez (2013), refieren que el apego es una necesidad humana especial de formar vínculos afectivos que unen a las madres y los padres y a los bebés de forma que la madre o el padre no es solo cuidadora o cuidador, sino también una base segura que la niña o el niño puede utilizar para sentir seguridad para explorar el mundo que le rodea y crecer también en el mundo interior.

Las demostraciones de afecto que van desarrollándose entre los seres humanos desde su concepción, pueden ser visibles desde el nacimiento, fomentando así la cercanía con las personas a su alrededor, estas relaciones afectivas tienen a la madre como principal actor para ejercer el apego, así como también con la persona que brinda los principales cuidados. Formando así una relación de dependencia emocional del individuo al objeto del amor (Armijos, 2015).

La teoría del apego de Bowlby (1999) postula que existe una relación intensa basada en el afecto duradero y de naturaleza singular que se presenta entre dos individuos, con una relación existente de reciprocidad, donde el objetivo es satisfacer la necesidad de cercanía hacia una persona (pudiendo ser también un objeto) en los momentos de mayor vulnerabilidad, donde el objeto del apego le brinde seguridad, protección y consolución (Armijos, 2015).

Clases de apego

Existe una clasificación basada en las características formadas por el temperamento o comportamiento del individuo, Armijos (2015) refiere que éstas son:

- **Apego seguro**

Ayuda al individuo aportando atributos únicos que al desarrollarlos le ayuda a sentirse y tener seguridad para enfrentarse a sus dificultades o la soledad cuando el objeto de su apego no se encuentra presente.

- **Apego resistente**

“Este tipo de apego se demuestra cómo inadecuado en ciertas edades porque lo hace dependiente a tal grado que no son capaces de realizar actividades exploratorias mientras el objeto del afecto está cerca, lo cual hace que no sean capaces de obtener nuevas bases cognitivas al lado del objeto de amor” (Canton, 2003, p. 30).

- **Apego evasivo**

Las niñas o los niños en esta clase de apego no se incomodan porque se distancie el cuidador principal o quien ha tomado el lugar de su afecto, pudiendo resultar perjudicial para el individuo en el proceso de su desarrollo emocional, ya que puede manifestarse en rechazo a los seres queridos después de un tiempo de estar separados.

- **Apego desorganizado**

Se puede observar a la niña o niño como si presentara una doble personalidad emocional, ya que se le percibe como dependiente y al mismo tiempo como si no tuviera emociones; Canton (2004) plantea que se manifiesta con confusión, cuando se da un acercamiento al objeto de su apego o se presenta indiferente de tal forma que aparenta no sentir afecto.

Blair-Gómez, (2013) menciona a Volling et al., (2002) quienes demostraron que la calidad de respuesta de las madres o los padres que atienden las necesidades emocionales

y biológicas de sus hijas e hijos influye en la regulación de las emociones de éstos, a través de un proceso en donde las madres y padres cumplen la función de regular las emociones de la niña y el niño, hasta que finalmente estos aprenden a hacerlo por sí mismos.

Cuando un niño o niña tiene un comportamiento evasivo, indica que tiene cuidadores que responden con frialdad, insensibilidad o rechazo, enseñando así al niño o niña, que no puede contar con sus cuidadores, ya que no se encuentran disponibles para satisfacer sus necesidades. Por lo que expresar sus emociones no sirve de nada; entonces, el niño o la niña aprenderá a minimizar las emociones (Ulferts, 2020).

Maltrato físico y psicológico en la crianza

Cuando hablamos de crianza, de apego y del ejercicio parental, es importante aclarar qué se considera que pueden ejercerse prácticas violentas dentro de la crianza.

De acuerdo con Barudy y Dantagnan (2005) se considera que las competencias parentales son aquellas capacidades prácticas que tienen las madres y los padres para cuidar, proteger y educar a sus hijos, asegurando que los hijos e hijas tengan un desarrollo lo suficientemente sano. Aunque no todos los padres y madres realizan esas prácticas de cuidado y protección. Es entonces pertinente hablar sobre el concepto de maltrato infantil, el cual se da en distintos contextos culturales. Fernández (2014) refiere que Facchin et al. (1998) afirmaron que los conceptos sobre la crianza pueden no coincidir en las diversas culturas dificultando que se alcance un acuerdo sobre qué prácticas pueden ser negligentes o abusivas (National Research Council, 1993).

Matángolo en 2019, citando a Arendt (2005), respecto a la violencia menciona el carácter instrumental que se le da a la violencia parental constituyéndose como un instrumento de dominación de una persona sobre otra. Visto desde esta perspectiva, la

violencia se liga fuertemente con la autoridad y el poder en las relaciones filio-parentales; dentro de la noción histórica de la patria potestad, la cual manifiesta una obligación/derecho de los adultos sobre los menores a ser castigados. En el mismo trabajo, este autor define la Violencia Familiar como “la presencia de una serie de acciones violentas con la intención de hacer daño dentro del ámbito familiar, que se da de forma crónica, durante un período prolongado de tiempo”. Dicha violencia es regularmente ejercida por parte de cualquier miembro de la familia, pero generalmente va del hombre hacia la mujer y de estos dos hacia los hijos.

“La familia necesita desarrollar competencias parentales que les permitan educar, orientar y guiar a sus miembros que están en proceso de desarrollo psicológico, socio afectivo y emocional” (Merchán, et al. 2021, P. 418).

Maltrato físico

La OMS (2009) definió el maltrato físico como “el uso deliberado de la fuerza física contra un niño de modo que ocasione, o muy probablemente ocasione, perjuicios para la salud, la supervivencia, el desarrollo o la dignidad del niño” (Fernández, 2014. P. 12).

La UNICEF (s.f.) nos dice que el maltrato físico o castigo corporal, es cualquier castigo que incluya el uso de la fuerza física con la intención de causar cierto grado de dolor o malestar, por mínimo que resulte; como pegar a los niños, ya sea con la mano o con algún objeto.

Gilbert et al., (2009), como se citó en Matángolo (2019), comentan que el Maltrato Infantil (MI) puede definirse como aquellas acciones u omisiones que se cometen normalmente por los padres o cuidadores primarios las cuales hieren o amenazan la integridad física y/o emocional de un niño o adolescente menor de 18 años de edad. Esto quiere decir, que las acciones tomadas por los padres que caigan en violencia física o

humillación psicológica, que puedan provocar un sentimiento de inferioridad en el menor caen dentro de esta definición de maltrato.

Excusados en la implementación de reglas disciplinarias dentro de los diferentes estilos de crianza, suceden frecuentemente las conductas de maltrato. En la mayor cantidad de los casos, se recae en reprimendas basadas en la aplicación de castigos físicos, lo cual se ha incluso normalizado. En este sentido se ha detectado que aquellos adultos que aplican dichas técnicas con la intención de causar una lesión, las han sufrido durante su infancia, lo que provoca una tendencia a reproducirlas sobre sus hijos. Esto ha reforzado la creencia de que estas pautas son, en gran medida, aprendidas desde la misma experiencia del padre y cuidador primario (Matángolo, 2019).

Fernández (2014) refiere que una de las características principales que se observa es que las agresiones son realizadas directamente por el adulto, sin ayuda de ningún instrumento lesionador (Gordon, Shapiro, y Berson, 1988; Knight, 1977).

Maltrato emocional o psicológico

También la UNICEF (s.f) refiere que el maltrato psicológico es cualquier actitud que pueda provocar en los niños sentimientos de descalificación o humillación, incluyendo aquí la agresión verbal, amenazas, intimidación, denigración, ridiculización, hacer sentir culpa, o manipulación para controlar a los niños de cualquier género y adolescentes.

La OMS (2009), afirmó que el maltrato “se manifiesta por una reiterada dejación por parte de un progenitor o cuidador, que mantiene al niño en un entorno inapropiado para su desarrollo y carente de apoyo” (Fernández, 2014, P. 13).

Fernández (2014) menciona que Gabarino, Guttman y Seeley (1986) propusieron una clasificación de las diferentes formas de maltrato emocional y las características en las que se presentan en función de la etapa de desarrollo:

- **Rechazo**

- Hasta los 2 años, rechazo a las iniciativas espontáneas y de apego del niño.

- **Aterrorizar**

- Hasta los 2 años, romper deliberadamente la tolerancia del niño a los cambios.
- Hasta los 4 años, hacer uso de gestos y palabras que tratan de intimidar y amenazar al niño.
- En la edad escolar, brindar respuestas contradictorias a las demandas, críticas constantes, etc.

- **Aislamiento**

- Hasta los 2 años, imposibilitar la interacción con los padres u otros adultos.
- Hasta los 4 años, evitación de cualquier acto social.
- En la edad escolar, intento constante para evitar que el menor pueda establecer contacto social con compañeros.

- **Ignorar**

- Eliminar la disponibilidad por parte del padre o madre para atender cualquier tipo de necesidad que requiera el menor en cada una de las etapas de desarrollo.

- **Corromper**

- Animar al menor a llevar a cabo acciones ilegales o que sean perjudiciales para sí mismos.

Este tipo de maltrato no sólo implica la ausencia de la figura de apego primario, sino la ausencia de un entorno que evolucione adecuadamente para que el menor pueda desarrollarse de forma satisfactoria en los aspectos emocionales y sociales fundamentales, para potenciar una salud mental adecuada (Fernández, 2014).

Maltrato por negligencia o abandono

Arruabarrena y de Paúl (1994) definieron el maltrato por negligencia como “aquella situación de desprotección donde las necesidades físicas básicas del niño o niña (alimentación, higiene, vestido, protección y vigilancia en las situaciones peligrosas, educación y cuidados médicos) no son atendidas temporal o permanentemente por ningún miembro de la unidad familiar” (Fernández, 2014, P. 14).

Fernández, (2014) también menciona que los cuidadores principales fracasan en la atención de uno o más de los siguientes niveles (Intebi y Arruabarrena, 2006):

1. Nivel biológico, fracaso en el proceso de apego.
2. Nivel cultural, transmisión de pautas de crianza inadecuadas.
3. Nivel contextual, ausencia o insuficiencia de recurso en el ambiente.

Abuso sexual

El abuso sexual de acuerdo con la OMS (1999):

“consiste en la participación de un/a niño/a en una actividad sexual que no comprende plenamente, a la que no es capaz de dar un consentimiento, o para la que por su desarrollo no está preparado y no puede expresar su consentimiento, o bien que infringe las leyes o los tabúes sociales. El abuso sexual de menores se produce cuando esta actividad tiene lugar entre un niño o niña y un adulto, o bien entre un niño o niña y otro niño, niña o adolescente que por su edad o desarrollo tiene con él o ella una relación de responsabilidad, confianza o poder. La actividad tiene como finalidad la satisfacción de las necesidades de la otra persona” (Fernández, 2014, P. 15).

Echeburúa y Guerrica Echevarría (2009) citados en Fernández (2014) mencionan que los criterios para que se produzca un abuso sexual se agrupa en dos condiciones:

1. Una relación de desigualdad de poder, edad o madurez entre el agresor y la víctima.
2. La utilización de la víctima como objeto sexual.

Así también Fernández (2014) menciona que este tipo de abuso comprende distintas modalidades categorizándolas dependiendo de la relación entre la víctima y el abusador en:

- **Violación o Paidofilia:** delito sexual homo o heterosexual contra los niños y las niñas.
- **Hebofilia:** comercio sexual entre un adulto y un adolescente.
- **Incesto:** relación sexual entre parientes cercanos (Calvo, Calvo y Calvo, 2000; Sánchez, 2003).

Las incompetencias parentales son el resultado de múltiples factores haciendo relevantes las limitaciones orgánicas y sus historias de vida y experiencias traumáticas como consecuencia de distintos tipos de malos tratos ocurridos en sus familias de origen y en otros entornos de su vida (Barudy y Dantagnan, 2009).

La UNICEF (s.f.) menciona que la violencia física o psicológica no enseña a portarse bien, sino a evitar el castigo. Al poner límites de forma no violenta, podemos enseñarles a pensar y actuar, fortaleciendo su capacidad de autorregularse eliminando la imposición y el miedo. Desde un enfoque de crianza positiva, entendemos por límites a las barreras o muros ante los cuales las niñas y los niños tendrían que detenerse, es decir, aquellos puntos hasta donde pueden llegar (Verduzco y Murow, 2001).

Epidemiología sobre el maltrato infantil

En México el 20% de los niños y niñas en edad escolar están en riesgo de presentar problemas severos de conducta, así lo afirma Romero (2019); estos problemas obstaculizan la inserción de los menores a la vida escolar, familiar y social en general; además, los pueden llevar a un desempeño o rendimiento escolar bajo. En el diagnóstico y mapeo de evidencia sobre cuidado infantil en México realizado por CONEVAL (2022) se afirma que el 58.9% de niñas y niños menores de cinco años fueron sometidos a por lo menos una forma de castigo psicológico o físico por miembros del hogar durante el mes anterior a la encuesta de salud y nutrición: la gran mayoría de los hogares emplean una combinación de prácticas violentas. El 46.9% fue sometido a agresión psicológica y el 39.2%, a castigo físico (Shamah-Levy T et al., 2020).

En un estudio cuantitativo, descriptivo correlacional y transversal, en Instituciones públicas de educación preescolar en el estado de Nuevo León, México en el área de Atención Primaria, se encontró que el promedio de edad de los padres fue de 32,09 años, el 60,5% de las madres se dedicaban al hogar y el 100% de los padres trabajaba; la media de escolaridad en años fue de 12,16; el 68,9% de los participantes eran casados; con respecto a la funcionalidad familiar, se identificó a través de la Escala de Evaluación de la Cohesión y la Adaptabilidad Familiar (FACES III) validada al español en población mexicana y el cuestionario de Crianza Parental (PCRI) desarrollado por Gerard (1994) validado al español, que en la dimensión de cohesión es semirelacionada el 44,3%. El estilo de crianza parental que predominó en los padres fue el permisivo con el 62,3%, seguido del autoritario con 37,3% (n=85) (Paz-Morales, et al., 2020).

Por otra parte, tanto en México como en otros países de Latinoamérica, existen antecedentes de violencia por parte de los cuidadores y cuidadoras así como también de los padres y madres, infiriendo que, esto puede ser debido al estilo de crianza que

predomina en los países latinoamericanos, donde se fomenta el uso del castigo como herramienta para corregir la conducta.

Según el estudio de Conocimientos, Actitudes y Prácticas (CAP) con relación a la Violencia en la Niñez en Chile, realizado por UNICEF, junto al Centro de Estudios Justicia y Sociedad (CJS), la Dirección de Estudios Sociales (DESUC) y la Pontificia Universidad Católica de Chile (UC) (2021), uno de los factores que aumentaría el riesgo de utilizar prácticas violentas en la crianza, serían los antecedentes de violencia de las y los cuidadores. En el estudio se menciona que el 61,5% de las y los cuidadores que recibieron castigo durante su infancia y lo validan, consideraron efectivas tanto las prácticas positivas como las violentas en la crianza de sus hijos e hijas.

Esto disminuye a un 43,7% para el caso de los cuidadores que recibieron castigo, pero no lo validan, y a un 44,4%, para quienes no lo recibieron. De igual manera, entre aquellos cuidadores o cuidadoras con antecedentes de castigo físico, que lo justifican, existen más actitudes ambivalentes y a favor del castigo psicológico, con un 44,9%, mientras que esto es de un 30,7% para quienes no validan ese castigo recibido, y un 31,1% para quienes no lo recibieron.

Se puede observar así, que aquellas personas que han recibido castigo físico en su infancia pero que no lo validaron como una práctica parental adecuada, a pesar de haber recibido prácticas violentas algunas personas no las ejercen en su acción parental, por lo que resulta apremiante que se realicen prácticas parentales libres de violencia, física, emocional o psicológica para que estos patrones de conducta no se sigan heredando.

El origen del estudio de los estilos de crianza parentales

La primera generación de la terapia cognitivo conductual, apunta Kosovsky (2018), estuvo saturada de consideraciones basadas en el desarrollo de la conducta, con una robusta base de conocimientos sobre el aprendizaje; en este sentido encontramos los aportes de Bandura (1969) y la teoría del aprendizaje social, donde el marco conceptual de esta teoría ha permitido indagar cómo contribuyen los procesos cognitivos de pensamiento a la emoción y conducta humanas; así, la teoría del aprendizaje social de Bandura (1969, como se citó en Kosovsky (2018) ofrece una combinación de factores psicológicos y sociales que impactan en la conducta.

Beck (1985, como se citó en Kosovsky, 2018) sostiene que en la terapia cognitivo conductual existen cinco elementos a tomarse en cuenta en la conceptualización de los problemas psicológicos los cuales están interrelacionados, estos son el contexto interpersonal, la fisiología, las emociones, la cognición del individuo y la conducta.

Es así como el modelo cognitivo conductual incorpora y enfatiza la importancia de las variables contextuales, sistémicas, interpersonales y culturales en el marco general y en particular en la población infante/juvenil (Kosovsky, 2018).

Rafael y Castañeda (2021) hacen referencia a Brooks (2012) con relación al concepto de crianza, donde se dice que son los padres y madres los individuos que nutren, protegen y guían a las hijas y los hijos hacia la madurez. Así mismo, es un proceso dentro del tiempo y el espacio que permite realizar los cuidados del niño hasta convertirse en adulto (Fornós-Barreras, 2001). De esta forma se produce una “transferencia de conocimientos y estrategias de las madres y los padres a las hijas y los hijos, acerca de la

manera en que deben considerar el mundo, afrontar las relaciones y resolver las dificultades” (Córdoba, 2014, p. 19).

Rafael y Castañeda (2011) refieren que investigadores como Baumrind (1966), Maccoby y Martin (1963), mencionan que existe relación entre la crianza parental y los efectos que se observan en las niñas y los niños. También mencionan a Skinner y Snyder (2005) los cuales identificaron seis dimensiones de crianza parental: calidez, rechazo, apoyo a la autonomía, coerción, estructura y caos, reconociendo que entre la década de los 30 y hasta la década de los 60, se lograron identificar dos factores que hasta el momento han sido determinantes al hablar de crianza: la calidad de las interacciones entre madres y padres e hijas e hijos (calidez) y la manera en que se imparte la disciplina (control).

Estilos de crianza

Ceballos y Rodrigo (1998), al igual que Palacios (1999), han definido los Estilos de Crianza como aquellas manifestaciones de actitudes y comportamiento de las madres y los padres que impacta en el desarrollo de los pequeños. Darling y Steinberg (1993) sostienen que los Estilos Parentales se observan a través de las actitudes expresadas por medio de las conductas de las madres y los padres en la convivencia manifestado en apoyo y/o control de las hijas y los hijos, convirtiéndose en pautas educativas (Franco, Pérez y Pérez, 2014).

Baumrind (1966) a través de sus investigaciones, observaciones y entrevistas entre los años 1966 y 1971 se enfocó en tres variables básicas: control, comunicación y participación afectiva, proponiendo así tres estilos de crianza que se enfocaban en controlar las conductas de los niños, por medio de la identificación de tres grupos de niños en edad preescolar con conductas muy diferentes: los primeros se presentaban asertivos,

independientes y optimistas; los segundos irritables y desconfiados; y los terceros dependientes e indisciplinados.

Rafael y Castañeda (2021) refieren que de ahí nacen tres estilos de crianza asociados a estos tres patrones de conducta, categorizados como:

- **Autoritario**, caracterizado por presentar **un alto nivel de exigencia** y un **bajo nivel de involucramiento** o participación de los padres, asociándose a un comportamiento infantil irritable y retraído. Los padres y madres establecen reglas de conducta demasiado rígidas, así como expectativas altas en los hijos e hijas. Las faltas, a criterio de los padres y madres, suelen tener consecuencias severas.
- **Autoritativo o democrático**, caracterizado por un **alto compromiso o participación** de los padres, asociado a un **comportamiento infantil independiente y responsable**. Se establecen límites combinados con calidez y sensibilidad. Las madres y padres que aplican el estilo democrático imparten la disciplina de una forma justa y reflexiva cuando se rompen las reglas previamente establecidas, realizando acuerdos y manejando las consecuencias lógicas y reales de la situación.
- **Permisivo**, caracterizado por un **gran nivel de involucramiento** o participación de los padres, así como un **bajo nivel de exigencia o expectativa**, asociado a un comportamiento infantil de baja independencia y poca disciplina. Las madres y padres con estilo permisivo tienden a fallar en el establecimiento de reglas y límites, a pesar de ser muy cariñosos. Se pueden llegar a identificar incluso como iguales o amigos, en lugar de ser una figura paterna o de autoridad.

Maccoby y Martin (1983) introducen luego un cuarto estilo de crianza al cual etiquetaron como estilo negligente (Rafael y Castañeda, 2021, p.13).

- **Negligente**, caracterizado por la falta de capacidad de respuesta e involucramiento a las necesidades del niño o niña, con poca o nula exigencia o expectativa hacia sus hijos, incapaces de proporcionar el apoyo emocional y físico que sus hijas e hijos necesitan.

Finalmente Rafael y Castañeda (2021) señalan que existe también el estilo:

- **Ambivalente**, la cual es propuesta por Capano, González y Massonnier (2016) en la cual madres, padres, cuidadoras y cuidadores primarios no siempre mantienen un mismo estilo de crianza, pudiendo moldearse de acuerdo a diversos factores como el estado de ánimo o las circunstancias; aunque los estilos más abiertos y democráticos en la crianza, son más favorecedores para las niñas y los niños, los padres y madres pueden actuar de manera reactiva, dependiendo de su estado de ánimo, teniendo actitudes represivas, permisivas o buscando el diálogo de manera incongruente, por lo que este estilo de crianza pudiera hacerse cotidiano en el ejercicio parental de muchas familias.

Analizando los estilos de crianza, se encontró que, al ejercer un estilo de crianza autoritario, no se valora el proveer las necesidades emocionales y el anhelo de comunicación que los niños pudieran tener, apareciendo así repercusiones, ya que los padres que muestran una mayor aceptación y menor control desarrollan en ellos una mejor autoestima. Rafael y Castañeda (2021) señalaron que los estudios son concluyentes en que: “cuando existe calidez y aceptación por parte de los padres, estos proporcionaron al niño una alta evaluación personal y un sentido de autoestima” (Zakeri y Karimpour, 2011, p.14).

El estilo de crianza democrático tiene como consecuencia un ambiente familiar positivo; a diferencia de hogares con estilos de crianza autoritarios, permisivos o negligentes donde a las niñas y los niños no se les brinda la seguridad de saber qué es lo que agrada y desagrada a sus madres y padres. Existen muchas variables positivas

asociadas a los estilos de crianza democráticos, ya que orientar a las niñas y los niños permitiéndoles desarrollar su autonomía, es un buen camino para lograr en ellos mayor independencia, satisfacción y autoestima (Rafael y Castañeda, 2021).

El estilo de crianza permisivo supone que las madres y los padres no favorecen el respeto por la autoridad parental o la obediencia a las normas. En los hogares donde se da esta práctica de crianza donde se cae en lo permisivo e indulgente, el control es bastante laxo, y no se tienen límites ni consecuencias dentro del entorno familiar. En este estilo de crianza se envía al niño un doble mensaje de democracia/dictadura; por un lado, los padres intentan controlar, evaluar y también influir en el comportamiento de los niños, pero al mismo tiempo existe permisividad en la convivencia, pudiendo generar confusión y falta de adaptación en la niña o el niño, una menor competencia social, falta de autonomía y baja autoestima.

Consecuencias de las prácticas de crianza y los estilos parentales

Es entonces que de acuerdo con Torío, Peña y Rodríguez (2008) dentro del ejercicio del Estilo de crianza democrático se presenta a unos padres que son sensibles ante las necesidades del niño o niña, teniendo responsividad afectiva, promoviendo activamente el afecto, la comunicación abierta y la disciplina inductiva o técnicas punitivas razonadas de esta manera crean un ambiente afectivo y un clima democrático. Las consecuencias dentro de este tipo de educación son muy positivas. A menudo, los hijos e hijas de estas familias demostrarán una autoestima positiva, un autoconcepto realista, responsabilidad y capacidad de compromiso. Con un mayor autocontrol, iniciativa, competencia social, alta motivación de logro y una disminución en frecuencia e intensidad de conflictos entre padres e hijos (Gaceo, 2021).

En el estilo autoritario los padres recurren a normas rígidas y a los castigos en mayor medida, frente a las alabanzas, de esta manera, los hijos e hijas podrían percibirse

menos alegres y espontáneos y crecen con una baja autonomía, autoconfianza y creatividad, así como una escasa competencia social, pudiendo ser más agresivos e impulsivos (Gaceo, 2021).

En el estilo negligente los padres muestran indiferencia ante las conductas de los hijos, ya sean positivas o negativas, expresando una gran permisividad y pasividad ya que evitan la afirmación de autoridad y la imposición de castigos, con un exceso de flexibilidad en el establecimiento de normas; entonces los hijos e hijas presentan grandes carencias autoconfianza y responsabilidad resultando con bajos logros académicos, baja motivación y poco respeto a las normas y personas, así como inestabilidad emocional, escasa competencia social, inseguridad y bajo autocontrol (Gaceo, 2021).

Se puede observar así que el apego se relaciona con la vinculación amorosa, mostrando una compatibilidad entre la teoría del apego y otras teorías sobre el amor, como la teoría triangular del amor de Sternberg (Sternberg, 1986, 1987, 1988, como se citó en López, 2003), la cual expone que las relaciones amorosas se componen de tres factores fundamentales: intimidad, pasión y compromiso. Deduciendo “que en una relación, las personas con apego seguro serán más capaces de conseguir una intimidad adecuada y estarán más predispuestas a mantener un compromiso; de esta manera, la sexualidad no se reducirá a la genitalidad, ni a la instrumentalización” (López, 2003 como se citó en Gaceo, 2021 p.11.)

Técnicas de modificación de conducta

Al hablar de técnicas para la modificación de la conducta es importante mencionar que la familia tiene un papel principal en el desarrollo en los individuos desde la infancia y adolescencia, surgiendo así la necesidad de un acompañamiento de los padres y madres

en las primeras etapas del desarrollo de las niñas y los niños, por lo que se requieren estrategias para gestionar los estilos de crianza que estén basadas en brindar apoyo y guía para los padres, madres y cuidadores o cuidadoras hacia los hijos e hijas de tal manera que se fortalezca el desarrollo de estos, pues sin el acompañamiento y apego saludable de los padres y madres no existirá un vínculo bien establecido que permita ejercer la disciplina necesaria para una crianza que establezca reglas claras, un canal de comunicación, respeto y tolerancia entre los miembros de la familia.

Es importante tomar en cuenta que la idea del castigo está dentro de las técnicas de modificación de la conducta, lo cual no le resta que siga siendo castigo que a menudo se presenta con violencia física y psicológica, cayendo así en el maltrato. Bados (2011) señala que las técnicas de castigo incluyen dos formas de castigo positivo o por aplicación de estímulos punitivos sobre corrección y dos formas de castigo negativo que sería al retirar aquellas motivaciones que se encuentran previamente establecidas como forma de incentivo. Se han mencionado estas técnicas de condicionamiento operante puesto que son precursoras para las que existen actualmente llamadas técnicas de tercera generación que permiten abordar la modificación de conducta desde una percepción más democrática. A continuación se señalan más detalladamente estos conceptos.

El castigo como técnica y sus desventajas

El castigo entonces tiene muchas desventajas, ya que es un método rápido, pero con un resultado poco perdurable en conductas que se desean eliminar, esta técnica puede producir un daño físico grave al intentar eliminar conductas indeseables que interfieren con la emisión, la instigación o la enseñanza de conductas alternativas (Bados, 2011).

En el pasado se presentaba el castigo como una de las técnicas positivas para disminuir o incrementar conductas deseadas. Por ejemplo, regresando a Bados (2011), él nos dice que “el castigo positivo o por aplicación consiste en presentar un supuesto estímulo punitivo contingentemente a una conducta con el objetivo de reducirla o eliminarla” (p.25).

Aunque Martha Martínez (2016) comenta que el castigo, si bien corrige un comportamiento inmediato, este no modifica la conducta a largo plazo. Los castigos no logran generar comprensión, sino todo lo contrario, ya que generan frustración y rabia en los niños al sentir el castigo una consecuencia injusta. En su podcast presenta algunas de las consecuencias de educar utilizando castigos:

1. Dificultad de Comunicación: Es por medio de los castigos tradicionales, tales como gritos, amenazas, silencios prolongados, o incluso castigos corporales, que vemos la comunicación afectada puesto que el menor tiende a evitar la presencia o cercanía con el castigador.
2. Deteriora la Autoestima: Entendemos por autoestima a la forma de autopercepción de una persona, es decir, como me veo a mí mismo. Al ser constantemente criticado o juzgado, el menor crea una imagen negativa de sí mismo. La niña o niño que son constantemente criticados por lo que sienten o por cómo son, cómo actúan o piensan, tendrán dificultades para construir un autoconcepto positivo, seguros de sí mismos.
3. Fomenta el conformismo y la agresividad: El castigo, como técnica de crianza, puede desarrollar en el menor, herramientas de solución de conflictos tanto agresivas como conformistas. Conformista al no creer en la posibilidad de cambiar las cosas, ni defenderse por sí mismos. Por otra parte, conductas agresivas en el sentido del poder; ya que consideran que superar al otro, imponer su autoridad por medio de la fuerza, es la mejor manera de encontrar soluciones.

4. Genera Inseguridad: La aplicación del castigo continuamente tiende a generar lo que conocemos como miedo a la autonomía. Esto quiere decir que el castigo genera personas con miedo a tomar iniciativa o responsabilidad debido al temor de recibir represalias en caso de cometer errores.
5. Dificulta el autoconocimiento y el respeto por uno mismo: Esta es otra de las desventajas del uso del castigo como técnica de modificación de conducta, ya que genera una desconexión con nosotros mismos. Educar por medio de esta técnica genera una dificultad hacia el autoconocimiento y el auto respeto (Martínez, 2016).

Técnicas y terapias de tercera generación

Como se ha detectado en prácticas previas relacionadas a la crianza y a los efectos que estas producen a corto, mediano y largo plazo, los padres y madres, al no haber tenido un espacio, una oportunidad o disposición de cuestionar las estrategias de crianza aplicadas en ellos durante su desarrollo e infancia, carecen de herramientas y estrategias de manejo de sus propias emociones o impulsos, lo cual puede recaer en una tendencia a prácticas desde autoritarias hasta permisivas o ambivalentes, o no tener una claridad en el estilo de crianza y las prácticas parentales que ejercen. Las terapias de tercera generación, como la terapia de aceptación y compromiso (ACT), por ejemplo, presentan un marco referencial para los padres y madres que les brinda la introspección y análisis de las estrategias aplicadas, poniendo en contexto las propias emociones en su desarrollo con la de sus hijos e hijas, de tal forma que tengan mejores decisiones al manejo de conductas aversivas. Por otro lado, las prácticas de atención plena (Mindfulness) como otra de las técnicas de tercera generación que actualmente tiene una funcionalidad en muchos ámbitos cuando se busca mejorar la calidad de vida, ejerce una influencia positiva al situar a los seres humanos en el momento presente y en la crianza es fundamental, ya que permite

observar desde una posición como padres o madres, las distintas etapas del desarrollo de sus hijos e hijas y reconocer tanto en ellos como en sí mismos aquellas necesidades que se van presentando y poder ser partícipes de los momentos que pueden ser fundamentales para un desarrollo adecuado a nivel emocional y psicológico.

La terapia de aceptación y compromiso (ACT)

Rengifo (2021) señala que esta terapia se fundamenta en el conductismo, la funcionalidad contextual, el análisis del comportamiento y sobre todo en la teoría del marco relacional (RFT), propuesta por Hayes en 1991, brinda un modelo que permite que los procesos verbales puedan tener mayor relevancia en el desarrollo y mantenimiento de bases educativas disfuncionales, donde sea analizada la crianza desde sus antecedentes y las consecuencias mediadas a través del lenguaje verbal. Así también esta teoría está centrada en las relaciones de estímulo derivadas, explicando claramente las contingencias que se producen y la capacidad de las reglas verbales para controlar la conducta.

Coyne y Wilson (2004) mencionan que las reglas verbales son necesarias y útiles, ya que el lenguaje brinda la oportunidad a las personas de responder a la conducta verbal como si ésta se presentara de forma literal como una verdad y esto es básico en el desarrollo de prácticas parentales (Rengifo, 2021).

Vargas Madriz et al., (2012) plantean que La ACT es una postura del conductismo radical (Baum, 1994; Skinner, 1953, 1969, 1974), donde se combinan algunas estrategias de aceptación y la adquisición de la consciencia del auto comportamiento por parte de los individuos (Strosahl y Robinson, 2008) como un método para adquirir un cambio conductual, ya que al poner en práctica estas destrezas se influye directamente en la mejoría de la “flexibilidad psicológica” de los consultantes (Arch y Craske, 2008; Berman, et

al., 2009; Carrascoso y Valdivia, 2009; Ossman, et al., 2006). Esta flexibilidad psicológica forma parte importante en la habilidad de la persona para que logre contactarse con el presente de una forma integral como ser humano consciente y partiendo de esto proponerse cambiar el comportamiento que esté causando un problema o mantener la conducta que se considere imprescindible para alcanzar las metas que estén propuestas (Gaudiano, 2009; Ossman, et al., 2006; Twohig, et al., 2010; Yovel, 2009).

Vallejo Pérez (2022) resume esta terapia utilizando tres métodos fundamentales:

- **Las metáforas:** Las cuales ofrecen una imagen de cómo funcionan o podrían funcionar las cosas en un determinado contexto.
- **Las paradojas:** Invitan a no tomar de forma literal lo que se afirma ofreciendo distintos caminos en los planteamientos que se hacen.
- **Los ejercicios experienciales:** Los cuales permiten entrar en contacto con los eventos privados, debilitando así la amenaza que pudiera sentir un individuo al enfrentarse a la realidad.

Así mismo, esta autora menciona que estos métodos son útiles para trabajar los seis componentes de ACT que son:

- 1) Desesperanza creativa.
- 2) El control de los eventos privados como problema.
- 3) Desliteralización o desactivación de las funciones verbales.
- 4) Establecer el Yo como contexto más que como contenido.
- 5) Clarificación de valores.
- 6) Estar abierto a los eventos privados y comprometerse con la dirección elegida.

Dos momentos importantes en la ACT, son la defusión cognitiva y la identificación de valores. La defusión cognitiva, entendida como una técnica que ayuda a entender los pensamientos propios y sus orígenes. Ayuda a comprender que los pensamientos o creencias son fundados en experiencias y no representan necesariamente una realidad absoluta. (UNIR, 2022). Este cuestionamiento de creencias y pensamientos ayudará a los participantes a identificar los fundamentos de sus estilos de crianza y podrán contextualizar los métodos utilizados. Por su parte, la identificación de valores, desde la ACT se pueden definir como aquellas directrices o direcciones globales, elegidas o deseadas por la persona (Páez et al, 2006) que dan rumbo a sus decisiones, conductas y reacciones de manera cotidiana. Así bien, es importante que quienes desean aplicar la ACT identifiquen estos valores y logren enlazarlos con las estrategias requeridas para su alcance en la crianza parental.

De acuerdo con Rengifo (2021) el objetivo de esta terapia es clarificar los valores y alterar la función de los entornos verbales en los que el niño o niña pueda sentirse atrapado, logrando una regulación verbal y fomentando la flexibilidad psicológica y una nueva perspectiva ante los eventos que se presenten.

Arroyo Jiménez, et al. (2020) mencionan que en un estudio cualitativo con enfoque fenomenológico realizado en un hospital pediátrico en el Servicio de Salud Mental en el INP de España donde el objetivo era conocer los efectos conductuales de la ACT en pacientes pediátricos que contarán con diagnósticos médicos y/o psicológicos, participaron tres niñas y dos niños con edades entre seis y 10 años, donde todos se encontraban cursando la primaria y contaban con diagnósticos médicos y/o psicológicos, siendo el cuidador primario la madre en cuatro de los cinco casos, y en uno de ellos el padre; los tutores identificaron las conductas problema que sus hijos presentaban antes de asistir al grupo siendo la más frecuente la expresión afectiva inadecuada. Los resultados muestran que los participantes presentaron mejoras conductuales, principalmente en la regulación emocional, conductas

prosociales, habilidades sociales con pares y en la comunicación, las cuales se mantuvieron seis meses después; así mismo, se observó mayor flexibilidad psicológica. Posteriormente, los padres describieron los cambios conductuales que percibieron en los niños después de la terapia donde la categoría -expresión afectiva adecuada- fue la más repetida.

Existe evidencia de que la ACT es una alternativa viable y efectiva de tratamiento para múltiples psicopatologías infantiles, al ser una terapia transdiagnóstica (Hayes, Strosahl y Wilson, 2012), ya que aborda una multitud de problemas (Swain, Hancock, Dixon y Bowman, 2015) como mencionan Arroyo Jiménez et al. (2020).

Finalmente, estos mismos autores refieren que los participantes de esta investigación lograron cambios favorables en la regulación emocional, ya que los padres de familia y los niños reportaron una disminución en la frecuencia de conductas agresivas, algo similar a lo encontrado en un estudio con un paciente que redujo significativamente sus niveles de agresividad y conductas desafiantes (Murrell y Scherbarth, 2011).

“La ACT es una alternativa de tratamiento que podría contribuir a la mejoría conductual en pacientes escolares con condiciones médicas y/o psicológicas, como trastornos afectivos y ansiosos, problemas conductuales y de crianza, o dificultades en el entorno familiar” (Arroyo Jiménez, et al., 2020, p. 87).

El mindfulness

De las terapias de tercera generación, podemos considerar que Mindfulness es la de mayor apogeo en la actualidad. Mindfulness se considera como una filosofía de vida que incluye la meditación como práctica. Como menciona Montanero (2019) el Mindfulness es una práctica de meditación que proviene de la tradición budista, que la define como: “la conciencia que aparece al prestar atención deliberadamente, en el momento presente y sin

juzgar, a cómo se despliega la experiencia momento a momento” (Kabat-Zinn, 2003, pp. 145).

Esta técnica está basada en enfocar a la persona en el momento presente, el “aquí y ahora”. Esto busca disminuir en la persona pensamientos sobre el pasado o el futuro que estén fuera del control de la persona. Si bien, Mindfulness está basada en la meditación, no se debe confundir con otros enfoques meditativos, religiosos, o creencias ideológicas.

Montanero (2019) menciona que la crianza mindfulness se puede definir como el prestar atención al hijo o hija y a la crianza de estos de una forma particular e intencionadamente en el momento presente y sin juicio (Kabat-Zinn y Kabat Zinn, 1997). Este tipo de crianza es caracterizada por un conjunto de prácticas parentales y habilidades que tienen la intención de aumentar la consciencia sobre aquello que sucede en el momento presente en la interacción padres-madres/hijo-hija (Gouveia et al., 2016), por lo que se considera como algo que puede ser entrenado y modificable (Dumas, 2005).

El objetivo de esta técnica es mejorar la calidad de vida de la persona en términos conductuales concretos y tangibles, dejando de lado religiones, filosofías y creencias personales (Castro, 2023).

De acuerdo con Prado (2018) algunos beneficios de la práctica del mindfulness en el proceso de desarrollo de los niños y niñas pueden ser:

- Ayudar en la reducción de estrés, ansiedad, síntomas depresivos, algunos problemas de conducta y tendencia a la distracción.
- Beneficiar la potenciación en la atención, concentración, memoria de trabajo, capacidad de concientización, manejo de emociones, autocontrol, empatía, autoestima, higiene del sueño y rendimiento académico, entre otros.

- Desarrollar habilidades enfocadas en la solución de problemas de manera pacífica.
- Incrementar la capacidad de crítica y reflexión.
- Ayudar a mejorar las habilidades interpersonales, la convivencia dentro del centro educativo, niveles de bienestar en su entorno.
- Incrementar de manera general la relajación y tranquilidad

Montanero (2019) menciona que Duncan et al. (2009) refieren que este tipo de crianza es más consciente y de mayor aceptación en las interacciones que existen entre padres y madres con sus hijos e hijas y de las necesidades propias que pudieran existir en los niños o niñas, creando así un contexto familiar más satisfactorio y con relaciones interpersonales de mayor calidad. Estos autores propusieron un modelo de cinco dimensiones, donde cada una está relacionada con una serie de comportamientos, actitudes y habilidades en los padres:

1. Escuchar con atención plena.

- Ser sensible al tono de voz, expresión facial y lenguaje corporal del hijo/a.
- Utilizar estas señales para conocer las necesidades reales del hijo/a y responder adecuadamente.
- Es contrario a interpretar la conducta del hijo/a en base a expectativas o cogniciones propias.

2. Aceptación y no juicio de sí mismo/a y del hijo/a

- Reconocer y aceptar las emociones, necesidades, atributos del hijo/a. Ello no implica resignación o eximir responsabilidad, sino un mayor entendimiento.
- Aceptación y reconocimiento de que en la crianza es normal que surjan dificultades o conflictos en la relación.
- Sentimiento de autoeficacia como padres

3. Consciencia emocional de sí mismo/a y del hijo/a.

- Identificación de estados emocionales tanto propios como del hijo/a.
- Cambio en patrones y reacciones automáticas por decisiones y reacciones más conscientes ante emociones intensas y conflictos.

4. Autorregulación en la relación padre e hijo.

- Tolerancia y aceptación de los estados negativos del hijo/a.
- Apoyo y soporte. Contrario al contagio emocional negativo.
- Permitir expresión adecuada de emociones negativas.
- Fuente de socialización emocional (expresar, hablar sobre las emociones, etc.).

5. Compasión por sí mismo/a y por el hijo/a.

- Empatía y deseo de aliviar el sufrimiento o distrés.
- Autoevaluación positiva y realista hacia sí mismo como padre.
- Perdón hacia sí mismo y el hijo/a.
- Aceptación del esfuerzo y errores en la crianza.
- Contrario a la culpa u hostilidad cuando no se alcanzan las metas.
- Predominio de afecto positivo, confianza y bienestar en la relación.

Arroyo Jiménez et al., (2020) mencionan que los participantes del estudio cualitativo con enfoque fenomenológico realizado en un hospital pediátrico en el Servicio de Salud Mental en el INP de España que buscaba conocer los efectos conductuales de la ACT en pacientes pediátricos que contarán con diagnósticos médicos y/o psicológicos, donde participaron tres niñas y dos niños con edades entre seis y 10 años, mejoraron en las habilidades sociales con pares y en la comunicación, lo cual va acorde con otros estudios en donde se encontró que los ejercicios de atención plena favorecen la regulación emocional, la atención, las habilidades sociales y la relación con los padres (Harnett y Dawe, 2011).

Cupajita Rodríguez, et al., (2020) refieren que en una investigación realizada en Estados Unidos en el año 2015 a través del uso de la plataforma Amazon Mechanical Turk (MTurk) se evaluaron tres etapas del desarrollo: infancia joven (3-7 años de edad), infancia media (8-12 años de edad) y adolescencia (13-17 años de edad), con una población total de 615 padres participantes, quienes a través de dicha plataforma informaron sobre procesos relacionados con su capacidad de atención plena, crianza consciente, prácticas de crianza positivas y negativas, problemas de internalización y de externalización de sus hijos (Parent, McKee, Rough & Forehand, 2015). Los resultados de este estudio permitieron afirmar que independientemente de la edad de los hijos e hijas, la crianza viene a ser un reto para quienes ejercen e implementan prácticas parentales positivas y negativas, las cuales generan efectos favorables o desfavorables en el desarrollo de sus hijos e hijas. Esto les permitió a los cuidadores considerar que se requiere de un apoyo que puede ser proporcionado a través de la técnica de mindfulness, debido a que lograron comprender la importancia de brindar atención al niño, niña o adolescente sin criticar ni estresarse, guardando la calma mientras existan interacciones, entre otros. En los resultados se pudo observar que luego de participar en el proceso de intervención, los cuidadores manifestaron que sus hijos tuvieron una actitud menos resistente y las prácticas de disciplina se incrementaron eficazmente debido a que se presentó un aumento significativo en los niveles de calidez y refuerzo en la interacción (Parent et al., 2015).

Tanto la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), como Mindfulness, han realizado aportes significativos en la modificación de la conducta, no solamente de manera individual, sino también en cuestiones relacionadas a los temas de la familia. Se han utilizado estos enfoques en el desarrollo del taller con el objetivo de crear en los padres y madres una conciencia de crianza que les permita mejorar, y sobre todo relajar sus estrategias parentales de tal forma que en sus interacciones con sus hijas e hijos se generen ambientes de respeto y validación emocional. Utilizando las fases de ACT se

pueden reestructurar las cogniciones de los participantes de tal manera que desarrollen estrategias más efectivas de crianza desde la empatía y la experiencia emocional vivencial de forma individual en su infancia. Por su parte, Mindfulness ayuda a desarrollar en los participantes una atención al momento y al objetivo de cada interacción con sus hijas e hijos. Teniendo presentes estos factores, los participantes logran momentos de mayor calidad y efectividad en su ejercicio parental, mejorando de tal forma el vínculo con sus hijas e hijos.

Metodología

Objetivo general

Fortalecer los vínculos afectivos entre padres y madres de hijos e hijas de entre 6 y 12 años, empleando la defusión cognitiva y la identificación de valores compartidos de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y técnicas de atención plena (mindfulness) a través de un taller impartido por medios digitales.

Objetivos específicos

- Informar a los padres y madres de familia los estilos de crianza parental para que reconozcan las prácticas parentales que ejercen en sus familias.
- Entrenar a los padres y madres de familia en la implementación de técnicas de modificación conductual que mejoren el vínculo afectivo con sus hijas e hijos.
- Relacionar los estilos de crianza parental con el vínculo afectivo al implementar la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y la atención plena (mindfulness).

Preguntas de Investigación

1. ¿El estilo de crianza democrático es un factor que favorece el vínculo afectivo entre padres y madres de familia con sus hijos e hijas?
2. ¿La terapia de aceptación y compromiso (ACT) y la atención plena (Mindfulness) mejora el vínculo afectivo de los padres y madres con sus hijos e hijas?
3. ¿Al eliminar el castigo físico y psicológico que emplean los padres y madres como herramienta para sancionar a sus hijos mejora el vínculo afectivo?

Hipótesis

Hipótesis alternativa	Hipótesis nula
El estilo de crianza democrático mejora el vínculo afectivo entre padres y madres con sus hijos e hijas.	El estilo de crianza democrático no mejora el vínculo afectivo entre padres y madres con sus hijos e hijas.
A través de la aplicación de la terapia de aceptación y compromiso y el mindfulness mejora el vínculo afectivo entre padres y madres con sus hijos e hijas.	A través de la aplicación de la terapia de aceptación y compromiso y el mindfulness no mejora el vínculo afectivo entre padres y madres con sus hijos e hijas.

Muestra

Se realizó una muestra no probabilística de acuerdo con Johnson (2014), Hernández-Sampieri et al., (2013) y Battaglia (2008b) debido a que la elección de los elementos incluidos en la muestra no depende de la probabilidad, sino de las causas relacionadas con las características de la investigación o los propósitos de esta investigación (Hernández Sampieri, et al., 2010).

Participantes

Madres, padres, cuidadoras y cuidadores primarios que tienen hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad dentro de la República Mexicana.

Criterios de inclusión:

- Participar en al menos el 80% de las sesiones
- Contestar la pre y post evaluación
- Ser padre o madre de un hijo/a entre 6 y 12 años de edad.
- Firmar de aceptación el consentimiento informado para dar sus respuestas.
- Participar en las sesiones a través de Zoom con cámara encendida.
- Durante la implementación del taller, deberán utilizar las técnicas propuestas con sus hijos e hijas.

Criterios de exclusión:

- No deben contar con algún diagnóstico de trastorno de conducta los niños y niñas.

Diseño del Estudio

De acuerdo con Hernández-Sampieri, Fernández y Baptista (1997), el diseño del estudio es preexperimental pretest-posttest de un solo grupo, debido a que se estudiará un solo grupo poblacional, sin grupo de control. Este diseño se ha realizado para probar la efectividad del taller y conocer si hay diferencias significativas en la pre y post evaluación debidas a la intervención o si éstas no se presentaron.

Variables dependientes e independientes

Variable Independiente	Programa de entrenamiento para padres (Taller de crianza).	
	<p>Definición conceptual: Lozano-Rodríguez y Valero-Aguayo (2017) refieren que los programas de entrenamiento parental (EP) están centrados en la enseñanza de estrategias para el manejo de problemas del comportamiento, por medio de técnicas de modificación de la conducta, para mejorar la calidad de la relación padre-hijo, con la finalidad de cambiar las interacciones negativas, los ciclos coercitivos y los procesos que incluyen la educación aversiva e inconsistente entre padres e hijos (Patterson, 1982).</p> <p>Definición Operacional: Representa las estrategias que los exponentes del taller tomarán para presentar los beneficios de la crianza democrática, con la finalidad de mejorar el vínculo afectivo y que los padres de familia puedan abordar de manera respetuosa y positiva los problemas de conducta que sus hijos e hijas puedan presentar. Estas metas son que los padres y madres establezcan una crianza democrática, que los padres y madres de familia analicen la importancia de implementar técnicas que mejoren la convivencia y el establecimiento de reglas en el hogar y que se incrementen las actividades familiares y se disminuya o elimine el castigo físico y psicológico.</p>	
Variables dependientes	Estilos parentales	<p>Definición conceptual: De acuerdo con Ortiz y Moreno (2015) son el conjunto de conductas y actitudes del adulto, del que se valen los padres y madres para tener una interacción con sus hijos e hijas, las cuales son gobernadas por las dimensiones afecto y control (Duchesne y Ratelle, 2010; Clerici y García, 2011); que al ser transmitidas a los hijos e hijas les fomenta un clima emocional que determinará el desarrollo de su comportamiento y el tipo de vínculo que se tendrá entre padres e hijos. (Ishak, Low y Lau, 2011; Raya, 2008; Climent, 2009).</p> <p>Definición operacional: Se utilizará el Cuestionario de dimensiones de Crianza (PSDQ).</p>

	Prácticas parentales	Definición conceptual: Son comportamientos dirigidos a metas específicas, en donde los padres llevan a cabo acciones para cumplir sus obligaciones y deberes parentales (Darling y Steinberg, 1993).
		Definición operacional: Puntuación obtenida en la Escala de Competencias Parentales de Gómez y Muñoz (2014).
	Vínculo afectivo	Definición conceptual: De acuerdo con Menjura y Reyes (2015), los vínculos afectivos entre padres e hijos son aquellos lazos que se establecen de forma sólida y duradera, relacionados al parentesco que existe entre ellos, aunque no siempre se dan de esa manera, estos vínculos se construyen basados en componentes determinados.
		Definición operacional: Puntuación obtenida en la Escala de Competencias Parentales de Gómez y Muñoz (2014).

Materiales e instrumentos

Consentimiento Informado

Se presenta un escrito a los participantes donde se estipulan los detalles del taller, tales como fechas, hora, propósito del instrumento que van a responder, así como puntos a considerar previo a responder. De igual manera se presentan las consideraciones de confidencialidad.

AVISO DE PRIVACIDAD INTEGRAL de La Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FESI) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), con domicilio en: Avenida

de los Barrios No. 1, colonia Los Reyes Ixtacala, Tlalnepantla de Baz, Estado de México, C.P.
54090,

https://www.iztacala.unam.mx/documentos/API_FESI_01abr2022.pdf

Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza (Parenting Styles and Dimension Questionnaire).

INSTRUMENTO PSDQ ADAPTADO “Parenting Style and Dimension Questionnaire”,
realizado por Robinson y cols. (1995).

El PSDQ consta de 62 reactivos en total. Cada pregunta refiere a una de las tres dimensiones que corresponden a cada estilo de crianza. Sus respuestas corresponden a una organización de Escala Likert de 5 ítems, donde 1 = Nunca, 2 = De vez en cuando, 3 = Casi la mitad del tiempo, 4 = Muy seguido y 5 = Siempre. Las escalas se dividen en autoritativa o democrática con 27 ítems, divididos a su vez en cariño y participación (11 ítems), razonamiento o iniciación (7 ítems), participación democrática (5 ítems) y relajado o tranquilo (4 ítems). Por su parte la escala autoritaria se conforma de 20 ítems, teniendo como subescalas la hostilidad verbal con 4 ítems, castigo corporal de 6 ítems, estrategias punitivas y sin razón de 6 ítems y directividad autoritaria con 4 ítems. Como parte final, la escala permisiva consta de 15 ítems. A estos corresponden las subescalas de falta de seguimiento, con 6 ítems; ignorar el mal comportamiento, de 4 ítems; y confianza en sí mismo, con 5 ítems (Robinson et al, 1995; citados por Pérez Cano, 2023).

Escala de Parentalidad Positiva (e2p) de Gómez y Muñoz (2014).

La Escala de Parentalidad Positiva (e2p) es un cuestionario de fácil comprensión que puede ser contestado por cualquier adulto responsable de la crianza de un niño o niña. El objetivo de esta escala es identificar aquellas competencias parentales que dichos adultos ejercen al relacionarse con su hijo, hija, niño o niña a su cargo, se encuentran agrupadas en cuatro áreas: vínculo, formación, protección y reflexión. El cuestionario está compuesto por 54 reactivos que describen comportamientos cotidianos de crianza que estarían reflejando el nivel de la competencia parental en estas cuatro áreas.

Para identificar la competencia parental por área se encuentra la siguiente tabla que refleja la zona en la que se encuentra el adulto y va desde una zona de riesgo hasta una zona óptima que es la esperada para un adecuado ejercicio parental.

Tabla 1. Interpretación de puntajes de la Escala de Parentalidad Positiva.

COMPETENCIAS PARENTALES						
		Vinculares (14 ítems)	Formativas (12 ítems)	Protectoras (17 ítems)	Reflexivas (11 ítems)	Total (54 ítems)
Percentiles						
Zona Óptima	90	54	46	64	39	198
	80	52	45	62	36	192
	70	51	43	60	35	186
	60	50	41	59	34	180
	50	48	40	57	33	176
Zona Monitoreo	40	46	39	55	31	171
	30	44	37	52	29	163
Zona Riesgo	20	41	35	49	28	154
	10	36	31	45	25	142

Fuente: Tabla de interpretación de Gómez y Muñoz (2014).

Tabla 2. Esquema de competencias parentales y componentes de la parentalidad.

Competencia parental	Componentes
Vinculares	<ul style="list-style-type: none"> ● Mentalización ● Sensibilidad Parental ● Calidez Emocional ● Involucramiento
Formativas	<ul style="list-style-type: none"> ● Estimulación del aprendizaje ● Orientación y guía ● Disciplina positiva ● Socialización
Protectoras	<ul style="list-style-type: none"> ● Garantías de seguridad física, emocional y psicosexual ● Cuidado y satisfacción de necesidades básicas ● Organización de la vida cotidiana ● Búsqueda de apoyo social
Reflexivas	<ul style="list-style-type: none"> ● Anticipar escenarios vitales relevantes ● Monitorear influencias en el desarrollo del niño o niña ● Meta-parentalidad o Automonitoreo parental ● Autocuidado parental

Fuente: Tabla de autoría propia con información de: Rodrigo, Martín, Cabrera y Máiquez (2009); Rodrigo, Máiquez y Martín (2010); Barudy y Dantagnan (2005, 2010); Aguirre (2010); Barber et al., 2005 en Florenzano et al. (2009); Erickson y Kurz-Riemer (2002); Skinner, Johnson y Snyder (2005); Nicholson, Howard y Borkowski (2008); Duncan, Coatsworth y Greenberg (2009); Bornstein (2012); Roggman et al. (2013). (Gómez y Muñoz, 2014).

Escenario

El taller, se llevó a cabo por medio de la plataforma Zoom, se realizó un grupo de WhatsApp con los participantes interesados a los cuales se les envió la liga de acceso para conectarse a las sesiones del taller, dando acceso a todo aquel que deseó participar y reunió los criterios de inclusión y se enviaron por este medio también los cuestionarios y escalas concentrados en los formularios de Google de Pretest y Post test.

Procedimiento

El taller fue diseñado para alcanzar una población de 20 participantes. La convocatoria se realizó por medio de redes sociales, principalmente la aplicación WhatsApp, desde Baja California (Tijuana) y Coahuila (Saltillo) aunque su alcance fue mayor abarcando también Ciudad de México, Estado de México y Guanajuato. La información se consolidó en un póster digital el cual fue distribuido en Facebook e Instagram, el cual también contenía una liga para el registro de los participantes. Con los datos de registro se creó un grupo de mensajería de igual forma utilizando WhatsApp, donde se mantuvo comunicación constante con los participantes dando información sobre el taller, así como las ligas para dar respuesta a los instrumentos requeridos.

La propuesta de intervención o taller se dividió en tres fases con un total de seis sesiones.

Fase 1

En la primera fase se diseñó el taller, se buscó a la muestra y se prepararon las sesiones. Estuvo enfocado en identificar y/o evaluar los componentes necesarios para construir la línea base los cuales se basaron en encontrar Madres, padres, cuidadoras y cuidadores primarios que tuvieran hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad dentro de la República Mexicana. Los Criterios de inclusión fueron que deberían participar en al menos el 80% de las sesiones a través de Zoom con cámara encendida, que contestaran la pre y post evaluación, que aceptaran firmar el consentimiento informado para dar sus respuestas y ser utilizadas para la investigación y durante la implementación del taller, deberían utilizar las técnicas propuestas. Como exclusión se consideró que no deberían contar con algún diagnóstico de trastorno de conducta los niños y las niñas.

1. **Se realizó la convocatoria** por medio de redes sociales (Facebook, Instagram, grupos), haciendo difusión en Baja California (Tijuana) y Coahuila (Saltillo), donde se estuvo promocionando durante 30 días con un poster creado por medio de Canva, donde previamente se realizó una encuesta en redes sociales para conocer los horarios más pertinentes para la implementación del taller.
2. **Se diseñó el taller** en 6 sesiones de 90 minutos cada una, dos veces por semana, durante 3 semanas consecutivas.
3. Se prepararon las sesiones a través de las **cartas descriptivas** que tuvieran todas las actividades y material necesario, así como las presentaciones de PowerPoint que se utilizarían en cada sesión.

Fase 2

Las sesiones fueron de intervención directa con los padres de familia, considerando en cada sesión un espacio para el intercambio de experiencias sobre los comportamientos y cambios realizados con la información de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) y el Mindfulness relacionándolos con los temas vistos en las sesiones anteriores.

1. **Se creó el grupo de WhatsApp** para enviar el enlace para acceder al taller y recibir los formularios de Pre y Post Test.
2. **Intervención directa con los padres de familia** a través de Zoom.
3. En cada sesión un **espacio para el intercambio de experiencias** sobre los comportamientos y cambios realizados con la información de la terapia de aceptación y compromiso (ACT) y el Mindfulness relacionándolos con los temas vistos en las sesiones anteriores.

Contenidos del taller con actividades

En esta tabla se pueden observar las ideas generales y objetivos de cada sesión. En la sección de anexos se encuentran las cartas descriptivas detalladas de cada una de éstas (Los Anexos del 1 al 6 refieren las cartas descriptivas de cada sesión).

Sesión	Objetivos	Contenido	Actividades	Enlace a presentación PPT
<p>Sesión 1</p> <p>28 de Agosto de 2023</p> <p>Duración: 90 minutos</p>	<p>Brindar estrategias para fortalecer los vínculos afectivos de madres y padres de hijos e hijas, así como cuidadores primarios y cuidadoras primarias con edades de entre 6 y 12 años, empleando técnicas de defusión cognitiva y la identificación de valores compartidos de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y técnicas de atención plena (mindfulness).</p>	<p>Objetivos de la sesión</p> <p>Romper el hielo e integrar a los participantes</p> <p>Introducción a Estilos de Crianza</p> <p>Atención Plena / Enfoque en el Momento Presente</p> <p>Ejercicio de Respiración</p> <p>Retroalimentación de los participantes, tanto de su experiencia con el taller como del trabajo de los instructores.</p>	<p>-Se presentarán los objetivos del taller.</p> <p>-Introducción a los estilos de crianza:</p> <ul style="list-style-type: none"> *Autoritario *Democrático / Autoritativo *Permisivo *Negligente *Ambivalente <p>-Se realizará ejercicio de respiración y atención al momento presente.</p> <p>Por medio de la utilización de un video explicativo titulado 5 Estilos de Crianza y sus Efectos en la Vida se dan a conocer a los participantes los diferentes estilos de crianza.</p> <p>Posterior al video se integra una discusión con las preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué opinan de los estilos de crianza que se acaban de ver? • ¿Cuál es el que creen que predomina en su ejercicio parental? 	<p>https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoGcGG-ZzzRRy0D8S?e=4V7xwj</p> <p>Enlace de Playlist de relajación:</p> <p>https://music.apple.com/mx/album/relax-meditate/1416424511</p> <p>Enlace para la ruleta:</p> <p>https://ruleta-aleatoria.com/</p>

			<ul style="list-style-type: none"> • - ¿Cuál creen que pudiera resultarles más efectivo? • - ¿Consideran que se pueden utilizar todos en algún momento? Y si es así, dar ejemplos. <p>Con esta discusión se buscará enfatizar la importancia de ser conscientes de las consecuencias a corto, mediano y largo plazo en su interacción con sus hijos e hijas.</p> <p>Posteriormente con la utilización de la presentación Nuestra crianza y el ejercicio parental con diapositivas se ahondará en el tema de los estilos de crianza, solicitando a los participantes que identifiquen características de estos estilos con la crianza recibida en su infancia, para lo cual se les pedirá que en una hoja o cuaderno y un lápiz solicitados previamente a la sesión, dibujaran cinco columnas con los datos: Estilos de crianza, ejemplo de cuándo y cómo ejerzo este estilo, ventajas, desventajas y resultado final. En la columna de estilos de crianza anotaran el estilo autoritario, negligente, democrático, permisivo y ambivalente en cada fila como se muestra en el ejemplo.</p> <p>Ahí se les darán 6 minutos para que puedan realizar la actividad. Mientras la realizan, se pondrá de fondo un playlist de meditación para ayudar en la concentración y atención plena.</p> <p>Por medio de un ejercicio de ruleta en línea https://ruleta-aleatoria.com/ se elegirán al</p>	
--	--	--	--	--

			<p>azar los tipos de sentimientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos de Tristeza • Sentimientos de Alegría • Sentimientos de Enfado • Sentimientos de Amor • Sentimientos de Miedo • Sentimientos de Sorpresa • Sentimientos de Asco <p>Y tendrán un minuto para escribir los que recuerden relacionados a los que salgan, para posteriormente por medio de la ruleta, saldrá al azar el nombre del participante que dirá qué fue lo que escribió de algunos de ellos.</p> <p>Se aclararán dudas sobre la información presentada y se agradece a los participantes.</p>	
<p>Sesión 2</p> <p>31 de Agosto de 2023</p> <p>Duración: 90 minutos</p>	<p>Explicar los tipos de apego que existen con el fin de que los padres, madres y cuidadores o cuidadoras principales identifiquen su principal tipo de apego y el que aplican con sus hijos e hijas.</p>	<p>Atención al momento presente</p> <p>Defusión como parte de la ACT</p> <p>Tipos de Apego</p>	<p>-Iniciará la sesión con un pequeño ejercicio de respiración y atención al momento presente</p> <p>-Realizarán un ejercicio los participantes comparando la manera en que fueron educados, con la manera en que están educando a sus hijos e hijas</p> <p>-Se presentarán los tipos de apego, por medio de un video introductorio y una explicación con diapositivas, a manera de dar pie a la aceptación como tema de la siguiente sesión.</p>	<p>https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoGluG7IKqWkSxc-X?e=xkCeOI</p>

<p>Sesión 3</p> <p>05 de septiembre del 2023</p> <p>Duración: 90 minutos</p>	<p>Dar a conocer qué es el maltrato para reflexionar el impacto que tiene en las infancias.</p>	<p>Atención al momento presente</p> <p>Aceptación como parte de la ACT</p> <p>Maltrato emocional o psicológico:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Rechazo -Aterrorizar -Aislamiento Ignorar -Corromper -Negligencia o abandono <p>Explicación del castigo</p>	<p>-Iniciará la sesión con un pequeño ejercicio de respiración y atención al momento presente</p> <p>-Por medio de la presentación con diapositivas se explicarán los conceptos de maltrato físico, maltrato psicológico, tipos de maltrato, castigo y sus desventajas</p> <p>-Los participantes realizarán una tabla refiriendo a su infancia, con las siguientes columnas: acción, consecuencia, emoción</p> <p>-Posteriormente realizarán la misma tabla, ahora sobre sus hijos.</p> <p>Desventajas del castigo como técnica de modificación conductual.</p>	<p>https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoG0HcsOtHiKJmx_u?e=qkL4d2</p>
<p>Sesión 4</p> <p>07 de septiembre del 2023</p> <p>Duración: 90 minutos</p>	<p>Trabajar en la contextualización de los pensamientos y conductas parentales como un observador de estas. Encontrar nuevas perspectivas de aproximación de las situaciones diarias</p>	<p>Atención al momento presente</p> <p>Contextualización como parte de la ACT</p>	<p>-Iniciará la sesión con un pequeño ejercicio de respiración y atención al momento presente</p> <p>-Por medio de diapositivas se explicarán los conceptos de crianza positiva y su relación con la crianza democrática.</p> <p>-Se realizará con los padres el ejercicio de "enjuiciar los pensamientos" (técnica cognitivo-conductual) con el fin de lograr la observación de las prácticas aplicadas actualmente en la crianza, observándolas como espectador y crear un juicio más objetivo sobre la aplicación y resultados de estas</p>	<p>https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoG-kxNUIYBxpAraK?e=BRyIsX</p>

<p>Sesión 5</p> <p>12 de septiembre del 2023</p> <p>Duración 90 minutos</p>	<p>Selección de valores parentales y establecimiento de planes de acción con miras a los valores previamente establecidos</p>	<p>Atención al momento presente</p> <p>Establecimiento de valores y planes de acción como parte de la ACT</p>	<p>-Iniciará la sesión con un pequeño ejercicio de respiración y atención al momento presente</p> <p>-Se realizará un repaso de los conceptos previos tales como: estilos de crianza, crianza positiva, tipos de apego, maltrato, castigo, con el fin de establecer los valores que los padres tomarán en cuenta para establecer objetivos de crianza.</p> <p>-Cada participante, de manera individual y tomando en cuenta los valores previamente establecidos, idear planes de acción para fomentar dichos valores en sus prácticas parentales diarias. Dichos planes de acción serán establecidos como un sistema de reglas de convivencia tanto para padres y madres como para hijas e hijos.</p>	<p>https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoHHVh5gXwbnnCxkp?e=0Oeasf</p>
--	---	---	---	--

<p>Sesión 6</p> <p>14 de septiembre del 2023</p> <p>Duración: 90 minutos</p>	<p>Identificarán los padres y madres los cambios aplicados durante el taller y los resultados obtenidos con relación a la percepción del vínculo afectivo con sus hijos e hijas.</p> <p>Responder el post test.</p> <p>Resolver dudas sobre crianza y apego.</p> <p>Agradecimiento a los participantes.</p>	<p>Atención al momento presente</p> <p>Enfatizar la crianza democrática y el apego seguro para fortalecer el vínculo afectivo.</p> <p>Retroalimentación y comentarios</p> <p>Postest</p>	<p>-Iniciamos la sesión con un pequeño ejercicio de respiración y atención al momento presente</p> <p>-Se presentará una carta escrita por parte de los expositores en las diapositivas donde se realiza un compromiso hacia los hijos para buscar fortalecer los lazos afectivos, así como una disculpa por los errores cometidos hasta el momento, buscando subsanar la autoimagen como los padres y madres que pudieron haber sido por no conocer otra forma de criar y ofreciendo una nueva crianza basada en el respeto mutuo que si no lo hay, debe comenzar a construirse; en una escucha activa y en una protección responsable y consciente de las consecuencias que nuestros actos pueden tener.</p> <p>-Crear un compromiso hacia los hijos para buscar fortalecer los lazos afectivos. Se les solicitará a los participantes que realicen una pequeña carta que puedan cubrir los puntos anteriores.</p> <p>-Se solicitará a los participantes que compartan algunas experiencias a raíz del taller y cómo ha sido la convivencia en las últimas tres semanas. Respondiendo también ¿Qué me llevo de aprendizaje? y ¿Qué he puesto en práctica?</p> <p>-Responder postest.</p>	<p>https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoHhURkpBcQDqWekM?e=9VvWT4</p>
---	---	--	--	--

Análisis de resultados

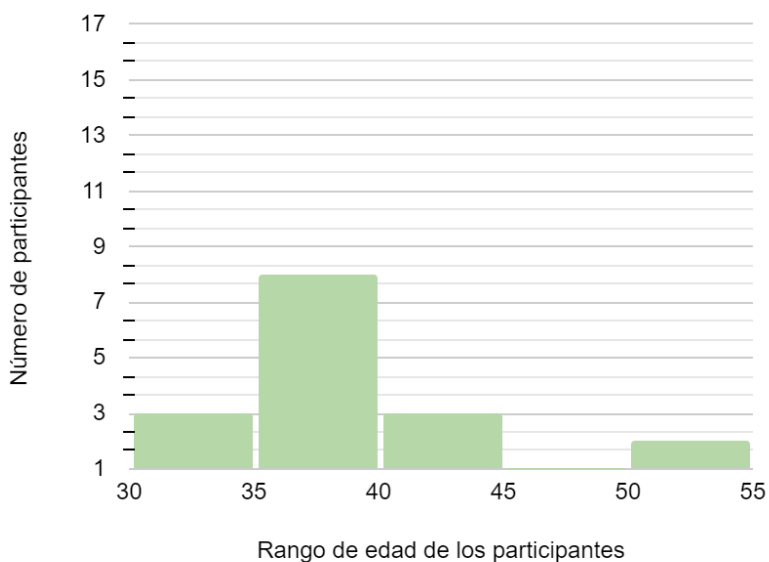
En el registro de inscripción de participantes realizado por medio de un formulario de Google distribuido en redes sociales, se contabilizaron 14 mujeres (82.4%) y 3 hombres (17.6%) se inscribieron al taller, de los cuales 10 manifestaron estar casados o casadas (58.8%), 4 en unión libre (23.5%) y 3 solteros o solteras (17.6%), comprendiendo una edad mayormente entre 35 y 40 años (58.9%), con una media de 39.7 años de edad. La mayoría radica en Ciudad de México (41.2%) y Estado de México (23.5%), aunque hubo participación de residentes de Coahuila (17.6%), Guanajuato (5.9%) y Baja California (11.8%). Las familias estaban conformadas entre 3 y 5 personas, donde la mayoría tiene al menos 1 hijo o hija en nivel primaria, y la edad predominante de estos era de 8 años (29.5%), siguiendo de 10 años de edad (29.5%), con una media de 7.8 años de edad. La mayoría de los participantes son empleados (64.7%), aunque la otra parte comparte su actividad ya sea estudiando o siendo ama de casa. La mayoría de los participantes informaron que solo la pareja o ellos mismos se hacen cargo de los cuidados de sus hijos o hijas.

Respecto a los resultados obtenidos antes de la aplicación del Cuestionario de Estilos de Crianza (PSDQ) y La escala de parentalidad Positiva (E2P) encontramos que los padres y madres reflejaron en las respuestas cualitativas de su ejercicio parental que se percibieron con un estilo de crianza democrático sin tener conocimientos previos de ello (17.6%), aunque el ejercicio parental autoritario fue mayor (23.5%) y el permisivo fue menor (5.9%), los otros participantes no tenían claridad en ello, auto observándose como respetuosos 11.8%, variada 11.8%, no tenía idea 23.6%. En los resultados arrojados en la Escala de Parentalidad Positiva (E2P) en el pre test se pudo observar que son padres y

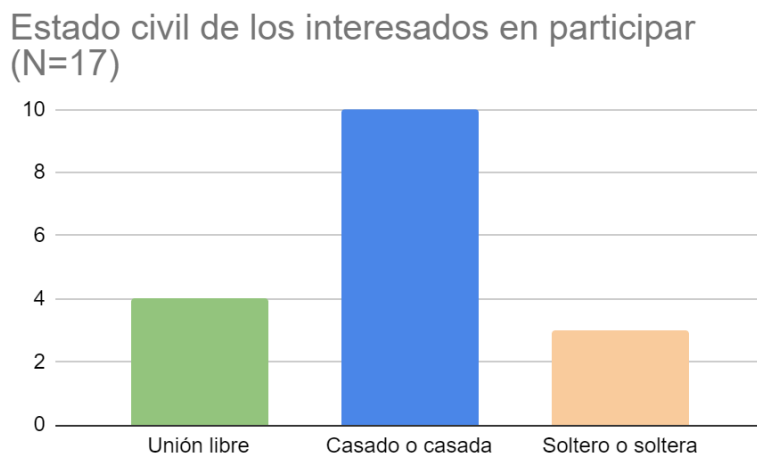
madres protectores que se encuentran establecidos en una zona óptima de acuerdo a la tabla de interpretación de los rangos; algunos participantes no realizaron el taller y se observó que estos se encontraban en una zona de riesgo en las competencias parentales, como es el caso del participante 11 en el rango de edad de su hija o hijo de 8 a 12 años, con un percentil ubicado en zona de riesgo en todas las competencias parentales, en comparación con el rango de edad de 6-7 años donde la mayoría de los participantes mostraron altos percentiles en las competencias parentales, demostrando que manejan un óptimo ejercicio parental, de acuerdo con la tabla de interpretación.

Figura 1. Edad de los participantes del Taller.

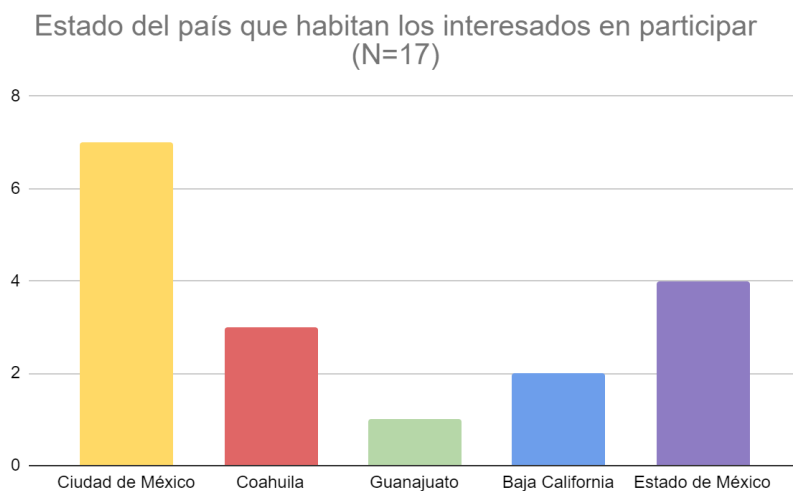
Histograma de Edad de los participantes inscritos en el taller (N=17)



En la Figura 1 podemos observar que los participantes mayormente interesados en asistir al taller fueron en el rango de 35 a 40 años de edad con una desviación estándar de 6.31 años.

Figura 2. Estado civil de los participantes.

En la Figura 2 se observa que el estado civil de la mayoría de los participantes es casado o casada, siguiendo el estado de unión libre.

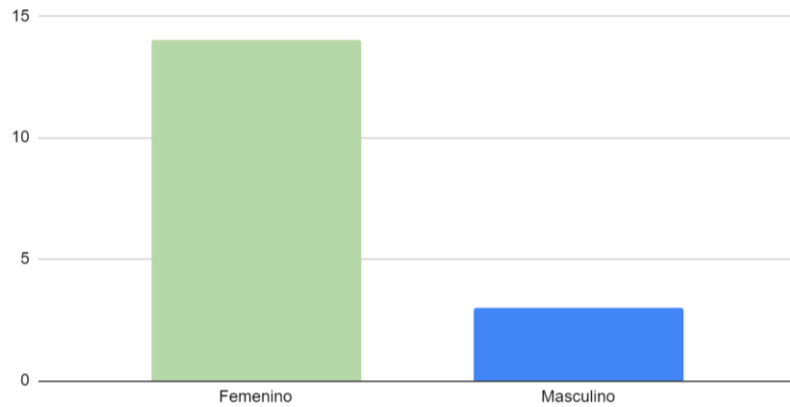
Figura 3. Estado del país de los participantes.

En la Figura 3, observamos que los participantes refirieron que habitan en la Ciudad de México mayormente, siguiendo el Estado de México, a pesar de que la convocatoria fue

mayormente publicitada en Coahuila y Baja California, se tuvo mayor aforo en el centro del país.

Figura 4. Sexo de los participantes.

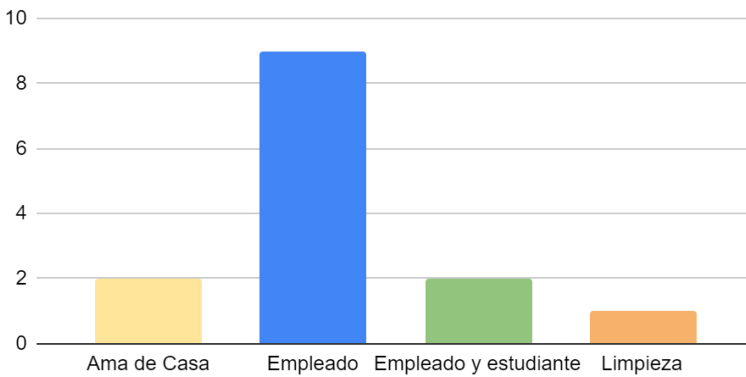
Sexo con el que se identificaron los participantes (N=17)



En la Figura 4 se observa que el género femenino fue el más interesado en participar, con una mayoría de 14 mujeres y tan solo 3 hombres registrados para el taller.

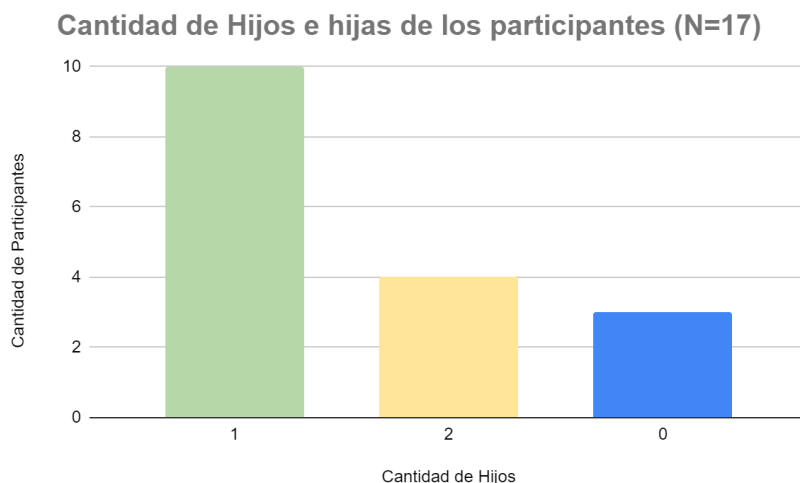
Figura 5. Actividades principales de los participantes.

Principal actividad que realizan los interesados en participar (N=17)



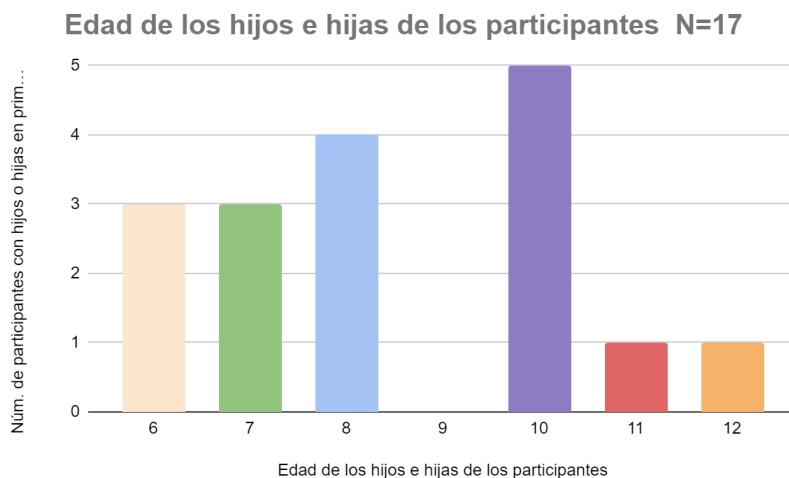
En la Figura 5 se observa que los participantes señalaron que en su mayoría son empleados como actividad laboral principal, aunque existen amas de casa, estudiantes y personal de limpieza entre los interesados.

Figura 6. Cantidad de hijas e hijos de los participantes.



En la Figura 6 se observa que la mayoría de los participantes manifestaron tener 1 hijo o hija entre 6 y 12 años de edad o nivel primaria, seguido de 2 hijos o hijas en el mismo nivel .

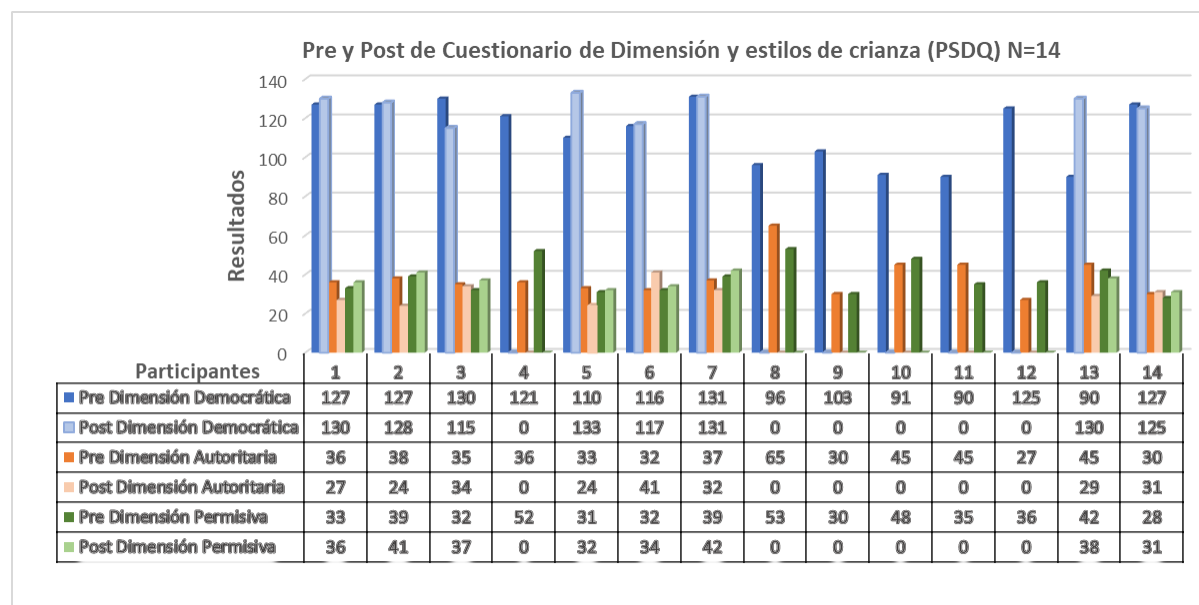
Figura 6.1. Edad de los hijos e hijas de los participantes.



En la Figura 6.1 relacionada a la edad de los hijos e hijas de los participantes, se observa que la mayoría tenían hijos de 8 y 10 años de edad, siguiendo los de 6 y 7 años.

Para los resultados del presente estudio, a continuación se presentan las gráficas del pretest y post test de los instrumentos utilizados.

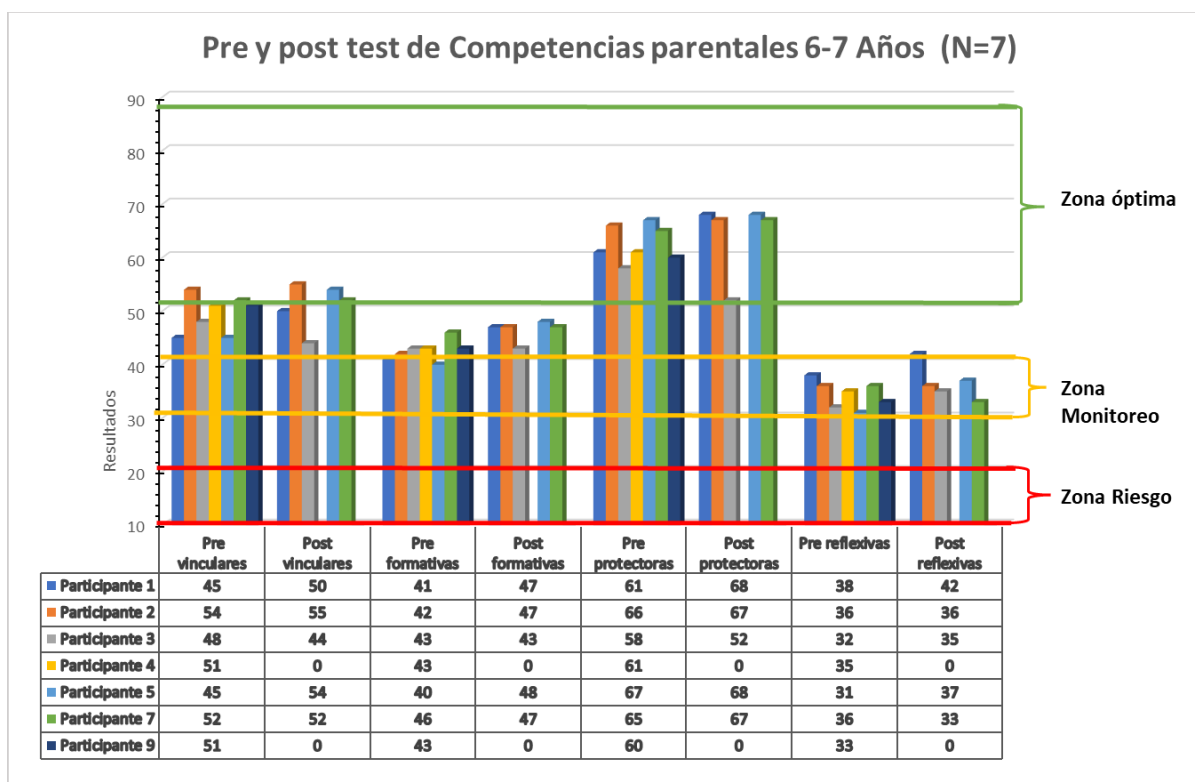
Figura 7. Pre y Post Test del Cuestionario de Dimensión y estilos de crianza.



En la Figura 7 se puede observar que en la dimensión democrática aumentaron mínimamente los rangos ya que los participantes ya ejercían este estilo de crianza mayormente, aunque algunos de ellos (participante 3 y 14) disminuyeron sus rangos, por lo que interpretamos que pudieron darse cuenta de que no estaban siendo tan democráticos en su ejercicio parental cuando realizaron el pretest. En la dimensión autoritaria, se observa una disminución en el ejercicio parental aunque dos participantes (6 y 14) incrementaron sus rangos, sobre todo el primero, percibiendo que en la búsqueda de ser menos permisivos, pudieron incrementar la práctica autoritaria. En la escala permisiva la mayoría incrementaron sus rangos, ejerciendo un crianza más permisiva a excepción de un

participante (13) el cual si disminuyó tanto en su permisividad como el autoritarismo y si incrementó el ejercicio democrático. Es importante señalar que aquellos con un resultado nulo en el post test (participantes 8 al 12), no concluyeron o no tomaron el taller, por lo que solo se puede inferir su estilo de crianza previo al taller y la información otorgada en él.

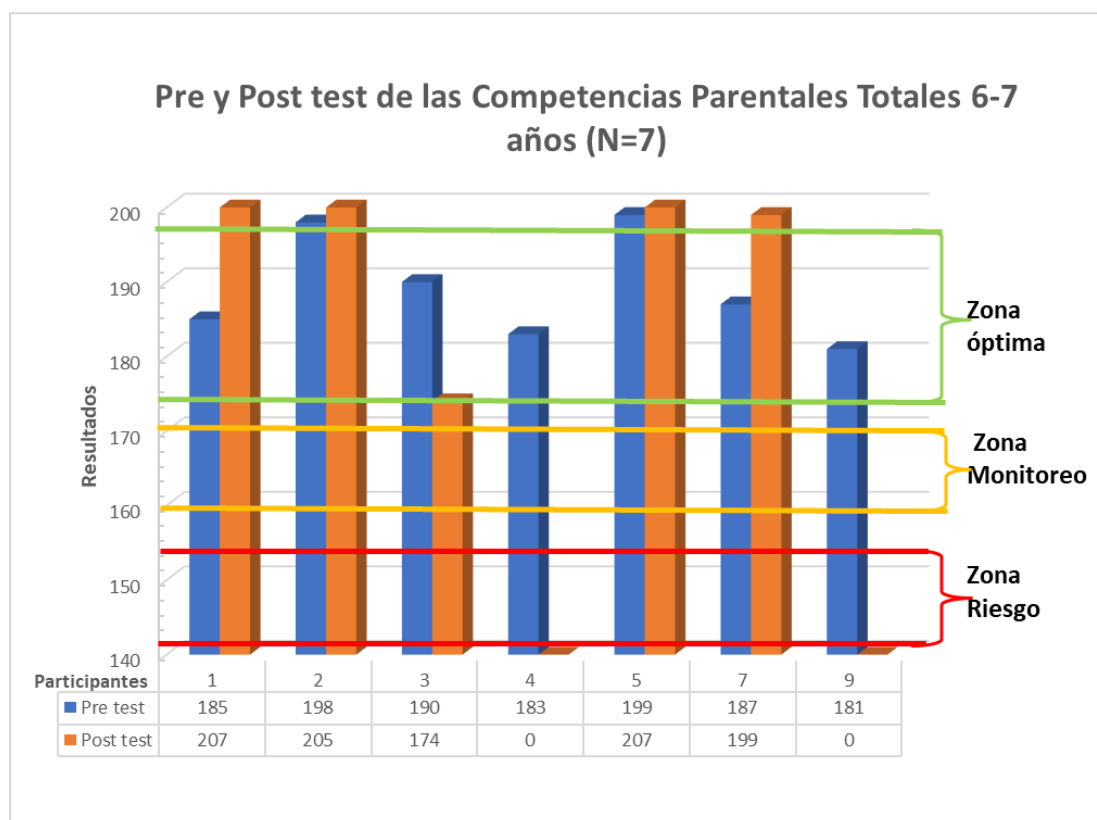
Figura 8. Pretest y Post Test de la Escala de Competencias Parentales de 6 a 7 años.



En la Figura 8 podemos observar que en la competencia vincular tres participantes (1, 2, 5) incrementaron su ejercicio parental a diferencia del participante 3 que la disminuyó. En la competencia formativa todos los que realizaron pre y post test incrementaron su rango. En la competencia protectora solo uno disminuyó (participante 3) y en la competencia reflexiva todos los participantes se mantuvieron igual o incrementaron a excepción del participante 7 que disminuyó su rango. La competencia protectora es la más elevada en rangos en todos los participantes, posicionándose en una zona óptima con

relación a la tabla de interpretación del instrumento. Solo un participante se encuentra en zona de monitoreo con relación a la competencia vincular, todos se encuentran en una zona óptima. En la competencia reflexiva, uno de los participantes (5) estando en la zona de monitoreo subió a la zona óptima. Finalmente se puede inferir que los participantes con este rango de edad de sus hijos se encuentran dentro de la zona óptima de competencias parentales totales.

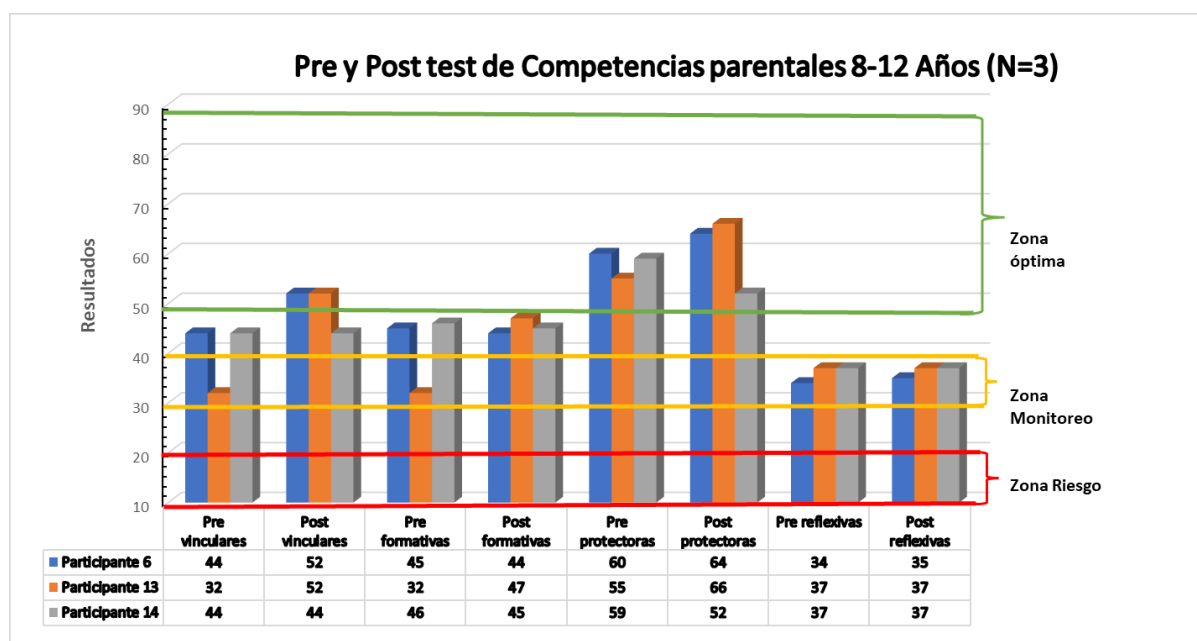
Figura 8.1 Pre y Post Test de las competencias parentales totales de 6-7 años.



En la figura 8.1 podemos observar que cuatro participantes (1, 2 , 5 y 7) incrementaron sus rangos aunque ya se encontraban en la zona óptima de competencias parentales totales. Sin embargo, el participante 3 disminuyó su competencia aunque sigue en la zona óptima, deduciendo que este resultado es debido a que en el pretest

consideraba ejercer de manera más adecuada sus competencias parentales y después del taller pudo observar aquellas áreas de oportunidad a trabajar en su ejercicio parental de forma generalizada. Los participantes 4 y 9 no realizaron el taller por lo que no se cuenta con información para el post test.

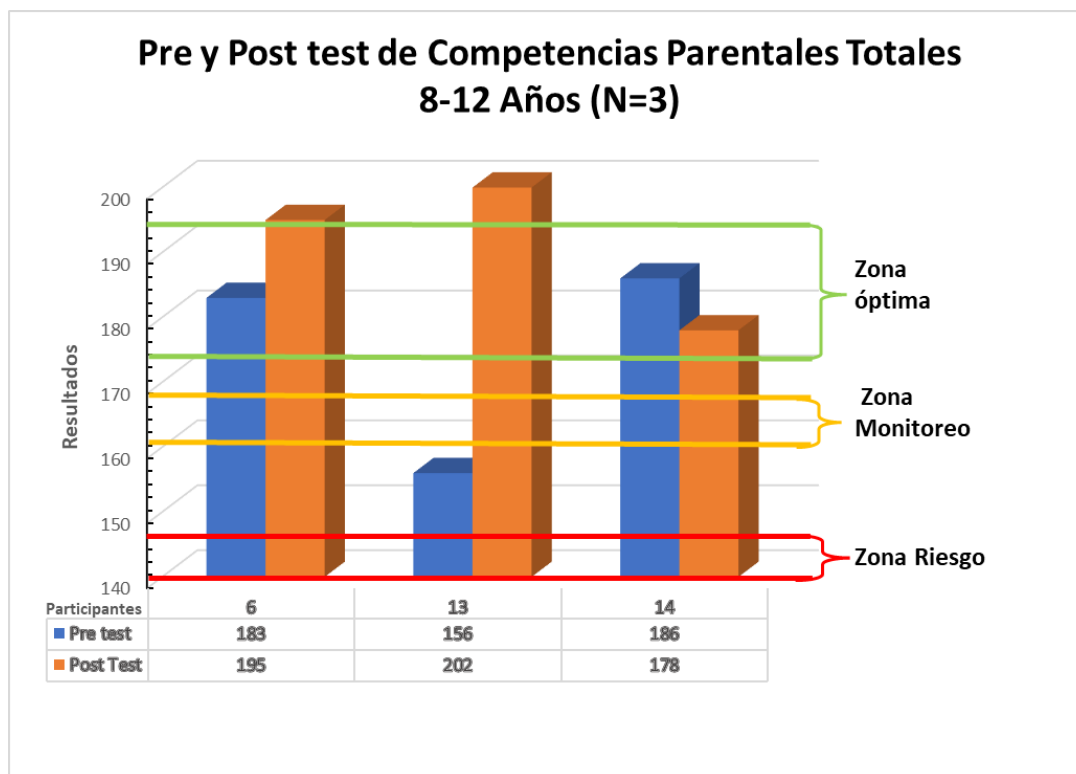
Tabla 9. Pre-Test y Post Test de Escala de Competencias Parentales de 8 a 12 años.



En la tabla 9 se puede observar que solo tres participantes se encontraron en este rango de edad con sus hijos e hijas, donde todos están dentro de la zona de monitoreo y zona óptima, pero al ver de forma individualizada la competencia parental vincular, el participante 6 disminuyó la competencia formativa un punto, infiriendo que pudo ser debido a la concientización el modo en que estaría orientando, estimulando, disciplinando o socializando a su hija o hijo. El participante 13 se encuentra en la zona de monitoreo en las competencias, sin embargo, incrementó sus rangos en todas las competencias sobre todo en las competencias protectoras que ya se encontraban en zona óptima y se incrementaron aún más. El participante 14 al igual que el anterior, en la competencia protectora se

encontró en zona óptima en el pretest y el post test, sin embargo, en las demás competencias se encuentra en la zona de monitoreo encaminándose hacia la zona óptima.

Figura 9.1. Pre y post test de Competencias Parentales Totales 8-12 años.



La figura 9.1 nos muestra que dos participantes (6 y 13) incrementaron sus resultados aunque ya se encontraban en la zona óptima, mejoraron sus capacidades totales de su ejercicio parental en general. El participante 14 tuvo una disminución en sus rangos, sin embargo, se mantuvo dentro de la zona óptima, por lo que deducimos que es debido a que manifestó haberse dado cuenta de que su ejercicio parental lo realizaba con creencias aprendidas o tradiciones que le inculcaron en la crianza y la reflexión hizo que fuera más honesto en el post test.

En la Figura 11 se observa que la mayoría de los participantes percibieron que el taller fue excelente y bueno en la duración del taller donde dos participantes comentaron que les hubiera gustado que fuera de más sesiones.

A continuación, se muestran las respuestas de corte cualitativo de los participantes con relación a lo que consideraron como crianza antes del taller.

Tabla 2. Respuestas de los participantes con relación a su percepción de la crianza ANTES del taller.

Estilo de crianza	Participante	Para usted ¿qué es la crianza?	¿Qué tipo de crianza cree usted que ejerce?
Autoritaria	1	La manera en la que enseñó a mi hijo a relacionarse y tratarse a él mismo, y a otras personas	Autoritaria, permisiva
	4	Criar a nuestros hijos, educarlos y darles las herramientas necesarias para su vida.	De todo tipo trato que sea equilibrada pero es posible que sea autoritaria.
	8	El trabajo diario con los hijos	Autoritaria
	12	cumplir con sus necesidades	Autoritaria
	16	La forma en que le enseñas a tus hijos a realizar actividades, aprendas los valores y respeto	A veces afectiva y muchas veces autoritaria
Democrática	2	La forma de educar a los hijos	Democrática
	6	Cuidados y atención a los hijos	Democrático
	10	Es la manera en cómo educamos a nuestros hijos, los valores que ofrecemos creyendo son los mejores	Crianza democrática
	11	Dar una formación ética, con valores, una educación académica y sensibles que medio ambiente y sociedad	Democrática
Positiva	5	Es la educación y responsabilidad que tenemos todos los padres para con los hijos, debe de ser amable, confiable y respetuosa en ambos sentidos.	Crianza responsable
	9	La manera en la que uno guía a nuestros hijos	Positiva y respetuosa
	15	Es la formación y disciplina que se da los hijos para tener una vida plena en su vida futura	Disciplina y amor
No sabe o no está claro	3	Guiar a mis hijos en sus aprendizajes	No tengo idea
	7	Es la forma de educar a nuestros hijos	No tengo idea
	13	Guiar mediante metodologías aprendidas y que creemos que funcionan	Un poco de las 4 más conocidas
	14	Educar y querer	Actualmente, una consultiva
	17	El enseñar y desarrollar las habilidades de un infante	una de enseñanza

Tabla 3. Respuestas de los participantes al finalizar el taller.

Emociones	Número de participante	Género con el que se identifica	Describe sus emociones tras finalizar el taller, por favor.	¿Qué fue lo más sobresaliente del taller para usted, que logró poner en práctica dentro de su ejercicio parental y ha mejorado el vínculo con sus hijos e hijas?
Satisfacción	5	Femenino	Satisfacción total y gran aprendizaje	Saber manejar momentos difíciles con mis hijos.
	6	Femenino	Muy satisfecha	Continuar trabajando en una crianza democrática.
	7	Femenino	Satisfacción y creo que no estoy haciendo tan mal las cosas	Crear y fortalecer ese vínculo afectivo que ya nos unía como familia.
Tranquilidad	1	Femenino	Paz, acompañamiento, menos culpa, mayor conocimiento y preparación para lo que viene	Tener mayor conocimiento sobre el tema.
	3	Femenino	Tranquilidad al saber que estoy trabajando para educar a mis hijas de manera positiva	Entender lo que causa en mis hijas las reacciones que tengo ante alguna situación.
Seguridad	13	Femenino	Más seguridad personal para la educación de mis hijas y lograr una mayor comunicación con ellas.	Parece simple pero para mí muy importante. " conectarnos con las emociones de nuestros hijos".
Tristeza	2	Femenino	Tristeza, frustración, reflexión, compromiso.	Estar presente en el momento en que estoy con mi hijo.
	14	Masculino	Tristeza al descubrir las fallas que he tenido como padre.	Los consejos recibidos.

Aspectos éticos

Como se menciona en Richaud (2007), dentro de los principios éticos a considerar en la investigación que incluye personas, se deben tomar en cuenta los más relevantes, tales como el beneficio, el respeto y la justicia; de los cuales partimos la hora de investigar. En este trabajo, tomando en cuenta los principios éticos fundamentales antes mencionados, nos enfocamos en incluir un consentimiento informado previo a la realización de la

intervención; de igual forma se buscó minimizar los riesgos y potenciar los beneficios para los participantes.

Antes de la aplicación del taller, durante, e incluso tras la culminación del taller, hemos mantenido una comunicación constante con los participantes; informando en todo momento de las actividades a realizar, el objetivo general del taller, los objetivos particulares de cada sesión, así como de los alcances de los temas; enfocados en todo momento en el beneficio de todos los involucrados. Al obtener información de las personas involucradas, se manejó un acuerdo de confidencialidad, utilizando cuidadosamente los datos obtenidos de la aplicación de instrumentos. Se ha mantenido la confidencialidad de las personas, cambiando datos personales por números de participantes. Por otra parte, buscamos en todo momento mantener un ambiente de confianza y aprendizaje, cuidando los malos entendidos y enfocándonos en el crecimiento de cada participante hacia el cumplimiento de sus propios objetivos individuales. Por su parte, el diseño del proyecto trató de fomentar una ideología de género abierta a los diferentes tipos de familia que se pueden encontrar en la actualidad.

Limitaciones

Dentro de las limitaciones en la realización de este proyecto, podemos mencionar algunas de las más importantes. Primeramente nos topamos con la cantidad de participantes que estuvieron en el total de las sesiones, contra lo esperado. El taller se diseñó para tener una población de 20 personas. La difusión del taller se realizó por medio de redes sociales durante un mes previo a la fecha de inicio del taller. Tuvimos un registro total de 14 personas que realizaron el pretest para el establecimiento de la línea base. El post test tuvo respuesta solamente de 8 personas. De las 14 personas que se registraron, al

principio se conectaron 12. Se fue perdiendo gente durante las sesiones para terminar, la sesión final, con las 8 que concluyeron. Creemos que esta muerte experimental pudo estar relacionada con los horarios de las sesiones o la duración de éstas y las actividades rutinarias a las que estuvo expuesta la población elegida. Siendo un taller para padres, los tiempos libres suelen ser pocos y variables.

Por otra parte, otra de las limitaciones con la que nos encontramos a la hora de llevar a cabo la intervención, fueron los sesgos en los conocimientos o interpretaciones de los términos, los temas y las ideas compartidas en el taller. Algunos participantes expresaron dudas posterior a responder los instrumentos iniciales ya sea en términos utilizados en estos, o en la definición de estos ya que, al tomar el taller lograron darse cuenta del significado o enfoque de los temas, contrastando con sus propias creencias y cambiando la dirección de sus percepciones como padres o madres de familia.

Creemos que es importante tomar en cuenta estas limitaciones como lecciones aprendidas para estudios posteriores, de tal manera que nos permitan disminuir las variables externas que pudieran sesgar la comprobación de las hipótesis previamente establecidas para la investigación.

Conclusiones

El objetivo de este trabajo fue fortalecer el vínculo afectivo entre padres y madres de hijos e hijas de entre 6 y 12 años, empleando la defusión cognitiva y la identificación de valores compartidos de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y técnicas de atención plena (mindfulness) a través de un taller donde los padres y madres de familia, así como cuidadores y cuidadoras conocieran conceptos y herramientas que les hicieran

reflexionar sobre los beneficios de implementar las técnicas propuestas y se motivaran para establecerlas dentro de su entorno familiar como parte de sus ejercicios parentales.

En lo que respecta a las preguntas planteadas sobre la relación del estilo de crianza democrático como un factor que favorece el vínculo afectivo entre padres y madres de familia con sus hijos e hijas, se pueden responder de manera afirmativa, ya que como menciona Capano et al., (2016) “este estilo tiene un impacto muy positivo en el desarrollo psicológico de los hijos (Valdivia, 2010), quienes manifiestan un estado emocional estable y alegre, una elevada autoestima y autocontrol (Arranz, Bellido, Manzano, Martín & Olabarrieta, 2004), un nivel superior de razonamiento moral y menos conductas externalizantes (Bornstein & Zlotnik, 2008) e internalizantes (Carpio, García-Linares, de la Torre, Cerezo & Casanova, 2014)...”, por lo que promueve un acercamiento emocional y una apertura al diálogo entre los integrantes de la familia. Es entonces que de acuerdo con Torío, Peña y Rodríguez (2008) como se menciona en Gaceo (2021) dentro del ejercicio del estilo de crianza democrático se presentan padres o madres que son sensibles ante las necesidades del niño o niña, teniendo responsividad afectiva, promoviendo activamente el afecto, la comunicación abierta y la disciplina inductiva o técnicas punitivas razonadas, creando así un ambiente afectivo y un clima democrático. Las consecuencias dentro de este tipo de educación son muy positivas, donde los hijos e hijas de estas familias demostrarán una autoestima positiva, un autoconcepto realista, responsabilidad y capacidad de compromiso, demostrando un mayor autocontrol, iniciativa, competencia social, alta motivación de logro y una disminución en frecuencia e intensidad de conflictos entre padres y madres con sus hijos e hijas.

Por otro lado, al planteamiento propuesto en este estudio sobre si la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) y la Atención Plena (Mindfulness) mejora el vínculo

afectivo de los padres y madres con sus hijos e hijas, Rengifo, (2021) nos dice con respecto a la ACT que la flexibilidad psicológica que promueve este tipo de terapia, se ha asociado a niveles más altos de adaptación psicológica de los padres y madres y una mejor capacidad de respuesta, por lo que los padres y madres podrían responder de manera más positiva a las emociones de sus hijos con validación y aceptación, dando como resultado una disminución en los niveles del comportamiento del niño problemático (Coyne y Wilson, 2004), favoreciendo así estilos de crianza más flexibles y funcionales. Aunado al Mindfulness “según Williams y Wahler (2010), la crianza mindfulness altera los estilos parentales a través del “insight”. Cuando una madre se da cuenta de cómo su estilo impacta en el hijo, es capaz de llevar a cabo un estilo parental más autoritativo o democrático” (Montanero Marcos, 2019, pág. 8).

También nos preguntamos si al eliminar el castigo físico y psicológico que emplean los padres y madres como herramienta para sancionar a sus hijos mejoraba el vínculo afectivo, encontramos que como afirma Sánchez Gutiérrez (2009) se ve disminuida la empatía cuando los castigos aplicados responden más a una reacción emocional irreflexiva y que no brindan una explicación lógica al niño o la niña; por lo que se da una enseñanza con asimilación forzada, derivando en posibles consecuencias emocionales negativas, ya que no se presenta un ambiente favorable para la reflexión y aprendizaje de lo sucedido.

Al finalizar el taller, se pudo concluir que los participantes tomaron mayor conciencia de sus ejercicios parentales, ya que aunque tenían nociones de lo que se refiere a una crianza democrática, desconocían la relación que existe con una crianza positiva, respetuosa, con un apego y límites seguros, basando la disciplina en prácticas amorosas y reflexivas. De igual manera, esta concientización estableció un punto de partida en las estrategias parentales democráticas ya que algunos participantes, si bien se consideran

buenos padres y madres, se dieron cuenta de que aplicaban estrategias autoritarias, o negligentes en la crianza de sus hijas e hijos y pudieron elegir replantearse su ejercicio parental con nuevas estrategias con un mayor involucramiento, sensibilización parental y calidez emocional.

Se observó también que el tema relacionado al maltrato infantil tuvo un gran impacto en su percepción de crianza, pues algunas de las prácticas consideradas como maltrato, por desconocimiento las aplicaban los padres y madres de familia, abogando al hecho de ser aprendidas por la forma en que los padres y madres fueron educados. La práctica más utilizada fue el maltrato psicológico y el verbal, donde estos tomaron conciencia de las repercusiones que estas prácticas conllevan en la adultez y pudieron tomar la decisión de modificar esas conductas en ellos y ellas para a su vez tener un impacto positivo en sus hijos e hijas.

Finalmente, se encontró que el desconocimiento de las prácticas parentales positivas y democráticas puede llevar a la negligencia en el ejercicio parental, por lo que es importante que los padres, madres, cuidadores y cuidadoras reciban entrenamiento basado en ejercicios que fomenten el vínculo afectivo y saludable para que las infancias y la adolescencia puedan ser transitadas en un ambiente positivo y con entornos seguros y que brinden la protección y el cuidado adecuados para el desarrollo infantil, así como un ejercicio parental reflexivo y mediático que fomente el diálogo en familia y también el respeto entre los integrantes del núcleo familiar.

Referencias

Angulo, S. (2021). Diseño Y Validación De Una Cartilla Sobre Crianza Con Respeto Para Cuidadores. Pontificia Universidad Javeriana. Facultad De Psicología Bogotá D.C, Colombia.

<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/54331/Stephany%20Angulo%2C%20Natalia%20Prieto%2C%20Mar%3%ADa%20Silva%2C%202021..pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Armijos, C. (2015). “El Apego En El Desarrollo Social De Niños Y Niñas De Educación Inicial De La Unidad Educativa “República De Francia” De La Parroquia Río Verde, Ciudad

Santo Domingo, Provincia Santo Domingo De Los Tsáchilas”. Universidad Técnica De Ambato Facultad De Ciencias Humanas Y De La Educación. Ecuador.

<https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/19923/1/Armijos%20Granda%20Carmita%20Del%20Roc%C3%ADo.pdf>

Arroyo Jiménez, C., Reyes Ortega, M., Lara Puente, A., Zúñiga Chacón, G., Torres Márquez, K., Villalpando Martínez, T. & Montoya Montero, L., (2020). Efectos conductuales de la Terapia de Aceptación y Compromiso con pacientes de un hospital pediátrico. Apuntes de Psicología Colegio Oficial de Psicología de Andalucía Occidental, 2020, Vol. 38, número 2, págs. 81-89. España.

<https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/download/787/559/1931>

Bados, A., García-Grau, E. (2011). Técnicas Operantes. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona. España.

<http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/18402/1/T%C3%A9cnicas%20operantes%202011.pdf>

Barudy, J. & Dantagnan, M. (2009). Los buenos tratos en la infancia. *Parentalidad, apego y resiliencia*. 5ta. Edición. Editorial Gedisa. [https://irp-](https://irp-cdn.multiscreensite.com/a8c32bb2/files/uploaded/318106899-286-Los-Buenos-Tratos-a-La-Infancia-Barudy-Dantagnan.pdf)

[cdn.multiscreensite.com/a8c32bb2/files/uploaded/318106899-286-Los-Buenos-Tratos-a-La-Infancia-Barudy-Dantagnan.pdf](https://irp-cdn.multiscreensite.com/a8c32bb2/files/uploaded/318106899-286-Los-Buenos-Tratos-a-La-Infancia-Barudy-Dantagnan.pdf)

Blair-Gómez, C. (2013). The biological basis of parent-infant attachment: Foundations and implications for further development. Vol. 13 No. 1. Pp. 23-40. Washburn University, Kansas, USA. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5229800.pdf>

Cantoni-Rabolini, N. (2009). Técnicas de muestreo y determinación del tamaño de la muestra en investigación cuantitativa. Revista Argentina de Humanidades y Ciencias Sociales, 7(2). https://www.sai.com.ar/metodologia/rahycs/rahycs_v7_n2_06.htm

Capano, A., González, M. & Massonnier, N. (2016). Estilos relacionales parentales: estudio con adolescentes y sus padres. Revista de Psicología (PUCP), 34(2), 413-444. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472016000200009

Castro, S., (2023). Que es el Mindfulness. ¿Es lo mismo que meditar? Publicado por el Website Instituto Europeo de Psicología Positiva. Recuperado de: <https://www.iepp.es/que-es-el-mindfulness/>

Centro de Estudios Justicia y Sociedad (CJS) & Dirección de Estudios Sociales (DESUC), Pontificia Universidad Católica de Chile (UC). (2021). Violencia contra la niñez y adolescencia en Chile. Estudio de conocimientos, actitudes y prácticas. <https://www.unicef.org/chile/comunicados-prensa/estudio-de-unicef-detecta-factores-que-favorecen-pr%C3%A1cticas-de-crianza-positiva>

Ciencias de la salud, (2022). Defusión cognitiva: el trabajo con los pensamientos negativos. Revista electrónica UNIR. Publicado por el sitio UNIR. Recuperado de: <https://www.unir.net/salud/revista/defusion-cognitiva/#:~:text=La%20defusi%C3%B3n%20cognitiva%20es%20una%20t%C3%A9cnica%20psicol%C3%B3gica%20que%20busca%20ayudar,y%20no%20una%20realidad%20inalterablecon>

Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL) (2022). Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). Diagnóstico y mapeo de

evidencia sobre cuidado infantil: CONEVAL,
<https://www.unicef.org/mexico/media/7091/file/Diagn%C3%B3stico%20y%20brechas%20de%20evidencia%20sobre%20cuidado%20infantil%20.pdf>

Córdoba, J. (2014). Estilos de crianza vinculados a comportamientos problemáticos de niñas, niños y adolescentes. Universidad Nacional de Córdoba. Facultad de Psicología. Argentina. http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/cordoba_julia.pdf

Cupajita Rodríguez, L., Espinosa, N., Duque, C. A., Sánchez, F. & Muñoz, E. (2020). Parentalidad positiva y mindfulness: una reflexión sobre la crianza en entornos vulnerables. *Indagare*, (8), 6-21. <https://doi.org/10.35707/indagare/801>

Donovan, D. (1988). Psicología pediátrica. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 20(1), 91-101. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80520108.pdf>

Espinoza, V. & Ramón, J. (2018). Problemas conductuales en niños entre 5 a 11 años, hijos de padres divorciados. Universidad de Cuenca Facultad de Psicología. Ecuador. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/30354/1/Trabajo%20de%20Tiluci%C3%B3n.pdf>

Fajury Patarroyo, C. & Schlesinger Piedrahita, M. (2016). Estrategias de intervención en crianza. Una estrategia de intervención a familias con niños en primera infancia. Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Psicología. España. <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/22157/Una%20estrategia%20de%20intervencio%CC%81n%20a%20familias%20con%20nin%CC%83os%20en%20primera%20infancia.pdf?sequence=1>

Fernández, M. (2014). Maltrato infantil: Un estudio empírico sobre variables psicopatológicas en menores tutelados. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento

Psicológicos. Universidad de Murcia. España. <http://acise.cat/wp-content/uploads/2018/08/TESIS-COMPLETAv4.pdf>

Franco, N., Pérez, M. & Pérez, M. (2014). Pérez Relación entre los estilos de crianza parental y el desarrollo de ansiedad y conductas disruptivas en niños de 3 a 6 años. Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes. Vol. 1. N.º. 2. Pp. 149-156. Universidad Camilo José Cela, Madrid. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4742071>

Gaceo, M. (2021). Estilos Parentales, Apego Y Vinculación Amorosa . Facultad De Ciencias Humanas Y Sociales. Universidad Pontificia Comillas ICAI-ICADE. España. <https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/432031/retrieve>

Guía Programática para la Crianza Durante la Adolescencia. <https://www.unicef.org/lac/media/29781/file/La-crianza-durante-la-adolescencia.pdf>

Gómez, E. & Muñoz, M. (2014). Escala de Parentalidad Positiva. Manual. Fundación Ideas para la Infancia. Chile. <Manual-de-la-Escala-de-Parentalidad-Positiva.pdf> (observaderechos.cl)

Gómez, J. & Villar, P. (2001). Los padres y madres ante la prevención de conductas problemáticas en la adolescencia. La aplicación del programa Construyendo Salud: Promoción de habilidades parentales. Madrid: CEAPA. <https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/131063/padres%20y%20madres%20ante%20la%20prevencion.pdf?sequence=1>

Hernández-Sampieri, R., Fernández, C. & Baptista, P. (1997). Metodología de la investigación. México: Mc Graw Hill. <https://docplayer.es/42799294-Articulos-escuela-de-padres-un-programa-de-modificacion-de-la-conducta-infantil.html>

INEGI (2021). Censo de Población y Vivienda 2020.

<https://www.inegi.org.mx/rnm/index.php/catalog/632>

Iruarrizaga I., Díaz E., Prado O., Romero, C. & Rodrigo, J (2001) Escuela de padres: un programa de modificación de la conducta infantil. *Psiquiatría.com*,5(3). Recuperado de <http://www.psiquiatría.com/interpsiquis2001/2371>.

Kosovsky, R. (2018). El abordaje de las Terapias cognitivas en niños, adolescentes y familias. *Revista digital de la facultad de Psicología-UBA*, 8(27), 12-14. Obtenido de http://intersecciones.psi.uba.ar/revista_ed_num_27.pdf#page=12

Lozano-Rodríguez, I. & Valero-Aguayo, L. (2017). Una revisión sistemática de la eficacia de los programas de entrenamiento a padres. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4(2),85-101. <https://www.redalyc.org/pdf/4771/477152556001.pdf>

Marinho, M. (2002) Un programa estructurado para el entrenamiento de padres. En Caballo, E. y Simón, M. (Eds.) *Manual de Psicología Clínica Infantil y del Adolescente. Trastornos específicos*. Madrid: Pirámide. <https://docer.com.ar/doc/ne8sen8>

Martell et al., (2010). Los principios fundamentales de la Activación conductual. Adaptado de: *Behavioral Activation for Depression. A Clinician 's Guide*. The Guilford Press. Publicado por el Website Terapia Cognitiva. Recuperado de: https://www.terapia-cognitiva.mx/pdf_files/2Semestre/modificacion-conductual/recursos/Principios%20de%20la%20Activacion%20Conductual.pdf

Marsh, E. & Graham, S. (2001). Clasificación y tratamiento de la psicopatología infantil. En V. Caballo y M. Simón. *Manual de Psicología Clínica Infantil y del Adolescente*.

Trastornos Generales. Madrid: Pirámide. <https://baixardoc.com/documents/manual-de-psicologia-clinica-infantil-y-adolescente-5db8a1701c812>

Menjura, L. & Reyes, M. (2015). Caracterización de vínculos afectivos y sociales en los adultos mayores pertenecientes a la Fundación Ocobos. Secretaría Distrital de Integración Social, Subdirección Adulterez. Universidad Católica de Colombia. Bogotá, Colombia. Recuperado de: <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/2816/1/Caracterizaci%C3%B3n%20de%20v%C3%ADnculos%20afectivos%20y%20sociales%20en%20los%20adultos%20mayores%20de%20Fundaci%C3%B3n%20Ocobos.pdf>

Matángolo, G. (2019). La violencia en la institución familiar: estilos de crianza, disciplina y maltrato infantil. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, vol. 23, núm. 1, pp. 1-16. Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales. <https://www.redalyc.org/journal/3396/339666619003/html/>

Martin, G. & Pear, J. (1999) *Modificación de Conducta. Qué es y cómo aplicarla*. México: Prentice Hall. http://conductitlan.org.mx/06_psicologiaclinica/PISCOLOGIA%20CLINICA/RECURSOS/modificacion%20de%20conducta%20que%20es%20y%20como%20aplicarla.pdf

Martínez, M. (2016). Consecuencias de educar con castigos. Podcast Educación y Respuesta. Recuperado de: <https://educacionrespetuosa.com/blog/03-consecuencias-educar-castigos>

- Méndez, F., Olivares, J. & Bermejo, R. (2013). Características clínicas y tratamientos de los miedos, fobias y ansiedades. En V. Caballo , & M. Simón , Manual de Psicología clínica infantil y del adolescente (págs. 59-92). España: Ediciones Pirámide.
<https://tuvntana.files.wordpress.com/2016/09/manual-de-psicologia-clinica-infantil.pdf>
- Merchán Gavilánez, M., Márquez Allauca, V., Yanez Palacios, J. & Estrella Acencio, L. (2021). Estilos de crianza ante la violencia infantil. Revista RECIAMUC. Vol. 5. Núm 1. Pp. 416-429. Ecuador.
<https://reciamuc.com/index.php/RECIAMUC/article/view/630/960>
- Méndez-Venegas, J. & Maya-del Moral, A. (2011). Psicología pediátrica. Acta Pediátrica de México, 32(4), 231-239. <https://www.redalyc.org/pdf/4236/423640330007.pdf>
- Montanero Marcos, I. (2019). CRIANZA MINDFULNESS, PRÁCTICAS PARENTALES Y TEMPERAMENTO INFANTIL. Universidad Pontificia ICADE. España.
[https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/430298/retrieve#:~:text=La%20crianza%20mindfulness%20se%20define,y%20Kabat%20Zinn%2C%201997\).](https://repositorio.comillas.edu/rest/bitstreams/430298/retrieve#:~:text=La%20crianza%20mindfulness%20se%20define,y%20Kabat%20Zinn%2C%201997).)
- Ortiz Zavaleta, M.& Moreno Armazán, O. (2015). Estilos Parentales: Implicaciones Sobre El Rendimiento Escolar En Alumnos De Educación Media. Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social. Psicología SUAyED, UNAM FES Iztacala.
<https://cuved.unam.mx/rdipy/cs/wp-content/uploads/2016/12/Ort%C3%ADz-y-Moreno-Correccion-Estilo-1.pdf>
- Páez-Blarrina, M. & Gutiérrez-Martínez, O., Valdivia-Salas, S., & Luciano-Soriano, C. (2006). Terapia de aceptación y compromiso (ACT) y la importancia de los valores personales en el contexto de la terapia psicológica. International Journal of Psychology and

Psychological Therapy, 6(1), 1-20. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/pdf/560/56060101.pdf>

Páramo, M. (2011). Psicología clínica de niños y adolescentes. Psicoterapia para adolescentes y perfil del psicólogo: análisis de contenido de discursos grupales. Revista Argentina de Clínica Psicológica, 29(2), 133-142.
<https://www.redalyc.org/pdf/2819/281922823004.pdf>

Paz-Morales M., Martínez-Martínez A., Guevara-Valtier M., Ruiz-González K., Pacheco-Pérez L. & Ortiz-Félix R. (2020). Funcionalidad familiar, crianza parental y su relación con el estado nutricional en preescolares. Aten Primaria, 52 (8). Pp. 548-554.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7505860/>

Pérez, M. (2023). Revisión del Parenting Styles and Dimensions Questionnaire, sus usos en el área de investigación y su aplicabilidad en la clínica infantojuvenil. Revista de Psicología. Vol. 19. N.º 37. ISSN-electrónico 2469-2050. pp. 110-117. Recuperado de:
<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/16543/1/revisi%C3%B3n-parenting-styles-dimensions.pdf>

Phares, J. & Trull, T. (1999) Psicología Clínica: conceptos, métodos y práctica. México: Manual Moderno.

Prado-Prieto, M., (2018). Mindfulness aplicado a la educación. Enseñar un estilo de vida basado en la consciencia y la calma. Publicado por el Website Campus educación. Recuperado de: [https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/mindfulness-aplicado-la-educacion/#:~:text=La%20pr%C3%A1ctica%20del%20mindfulness%20en,de%20est%C3%ADmulos%20internos%20como%20externos\).](https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/mindfulness-aplicado-la-educacion/#:~:text=La%20pr%C3%A1ctica%20del%20mindfulness%20en,de%20est%C3%ADmulos%20internos%20como%20externos).)

- Rafael, R. & Castaneda, S. (2021). Revisión teórica de los estilos de crianza parental. Universidad Continental. Perú.
https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8703/4/IV_FHU_501_TI_Rafael_Casta%C3%B1eda_2021.pdf
- Rengifo, A. (2021). Propuesta de Intervención: Programa para Padres con hijos con Problemas de Conducta Externalizante usando la Terapia de Aceptación y Compromiso. Universidad Jaumé. España.
https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/195477/TFM_2021_Rengifo%20Fern%C3%A1ndez_Azahara.pdf?sequence=1
- Rey, C. (2006). Entrenamiento de padres: una revisión de sus principales componentes y aplicaciones. Revista Infancia, Adolescencia y Familia, 1(1), 61-84.
<https://www.redalyc.org/pdf/769/76910105.pdf>
- Richaud, M. (2007). La ética en la investigación psicológica. Enfoques, XIX(1-2), 5-18.
Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/259/25913121002.pdf>
- Rodrigo, M. Máiquez, M. & Martín, J. (2010). Parentalidad positiva y políticas locales de apoyo a las familias. Federación Española de Municipios y Provincias. España.
<https://www.sanidad.gob.es/ssi/familiasInfancia/docs/folletoParentalidad.pdf>
- Rodríguez-Villamizar, L. & Amaya-Castellanos, C. (2019). Estilos de crianza, autoeficacia parental y problemas conductuales infantiles en tres municipios de Santander. Revista de la Universidad Industrial de Santander, Salud., 51(3).
<https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/9688>

- Romero, L. (2019). Riesgo de problemas de conducta para 20 por ciento de niños. Gaceta UNAM, 5065, 6. <https://www.gaceta.unam.mx/riesgo-de-problemas-de-conducta-para-20-por-ciento-de-ninos/>
- Sánchez, C., Carmona, L. & Vega, N. (2019). Estilos de Crianza entre padre y madre. Perspectiva del hijo. Ciudad Juárez, Chih. Estudio comparativo. Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales, 10(2), 67-86. Epub. Recuperado de: <https://doi.org/10.29059/rpcc.20191126-92>
- Sánchez Gutiérrez, G. (2009). Teorías De Niñas Y Niños Sobre El Castigo Parental. Aportes Para La Educación Y La Crianza. Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación", 9(2),1-29.[fecha de Consulta 6 de Octubre de 2023]. ISSN: . Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44713058002>
- Silva, R. (1992). Lógica de la inferencia estadística. En: Métodos Cuantitativos en Psicología. México: Trillas. Pp. 369-393. <https://es.scribd.com/document/444563640/Silva-R-A-1992-Logica-de-la-inferencia-estadistica-Mexico-Trillas-Pp-369-393>
- Tinitana, M., Morales, N. & Villavicencio, C. (2023). Estilos de crianza y conductas disruptivas en niños en tiempos de pandemia. Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia, 25(25), 45-68. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2023000100005&lng=es&tlng=es.
- Ulferts, H. (2020). Why parenting matters for children in the 21st century. An evidence based framework for understanding parenting and its impact on child development. Organization for Economic Co-operation and Development. OECD Education Working

Paper No. 222. Vol. 10. <https://www.oecd.org/publications/why-parenting-matters-for-children-in-the-21st-century-129a1a59-en.htm>

UNICEF (S.F.). ¿De qué hablamos cuando hablamos de violencia y crianza? Criar sin violencia. <https://tratobien.org/impacto.html>

Ciencias de la salud, (2022). Defusión cognitiva: el trabajo con los pensamientos negativos. Revista electrónica UNIR. Publicado por el sitio UNIR. Recuperado de: <https://www.unir.net/salud/revista/defusion-cognitiva/#:~:text=La%20defusi%C3%B3n%20cognitiva%20es%20una%20t%C3%A9cnica%20psicol%C3%B3gica%20que%20busca%20ayudar,y%20no%20una%20realidad%20inalterable.>

Vallejo Pérez, M. (2022). Programa para Padres usando la Terapia de Aceptación y Compromiso. Universidad Jaume I https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/200599/TFM_2022_Vallejo_P%C3%A9rez_Maria%20Luz.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vargas Madriz , L. & Ramírez Henderson, R. (2012). Terapia De Aceptación Y Compromiso: Descripción General De Una Aproximación Con Énfasis En Los Valores Personales. Revista de Ciencias Sociales (Cr), IV(138),101-110.[fecha de Consulta 15 de Agosto de 2023]. ISSN: 0482-5276. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15328800009>

Velázquez. P. & Villouta. A. (2013). Adaptación y Validación del “Parenting Styles and Dimensions Questionnaire” (PSDQ) (Cuestionario de Dimensiones y Estilos de

Crianza) de Robinson y cols. (1995), en padres/madres de niños/as que cursan el nivel preescolar y básico en un grupo de establecimientos municipales de la ciudad de Chillán. UNIVERSIDAD DEL BÍO-BÍO Facultad de Educación y Humanidades
Depto. de Ciencias Sociales. Chile.
<http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/622/1/Vel%C3%A1squez%20Belmar,%20Paulina.pdf>

Verduzco, M. & Murow, E., (2001). Cómo poner límites a tus niños sin dañarlos. Respuesta a los problemas de disciplina más frecuentes practicando una educación positiva. Ed. Pax México. Recuperado de: <https://dolormaspsicologa.com/wp-content/uploads/2017/11/172227138-COMO-PONER-LIMITES-A-TUS-NINOS.pdf>

Anexos

Anexo 1. Sesión 1. Carta descriptiva

Nombre del taller: Fortaleciendo el Vínculo Afectivo

Instructores: Psic. Tania Carpinteyro Rodríguez y Psic. Alfredo Rodríguez Ramos

Objetivo del taller: Brindar estrategias para fortalecer vínculos afectivos entre madres, padres, cuidadores y sus hijas e hijos de 6 a 12 años, a través de técnicas de defusión cognitiva, identificación de valores compartidos y atención plena (mindfulness).

Dirigido a: Madres, padres, que tienen hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad, así como cuidadoras y cuidadores primarios dentro de la República Mexicana.

Las personas que cubran los criterios de inclusión y de exclusión serán agregados a un grupo de WhatsApp.

Lugar donde se llevará a cabo: Las sesiones del taller se llevarán a cabo por medio de la plataforma **Zoom**, los cuestionarios y el consentimiento informado se contestarán a través de un formulario de Google y se harán llegar mediante WhatsApp.

Enlace de sesiones:

<https://us06web.zoom.us/j/87102892578?pwd=N2hHYWVqSlh1ZjZxS2ZRWXo0UDQ0dz09>

Número de sesiones, días y horarios: 6 sesiones de 90 minutos cada sesión; a partir del 29 de agosto de 2023 y hasta el 14 de agosto de este. Las sesiones serán de 19:30 horas a 21:00 horas tiempo de CDMX.

Día 1				
Nombre de la sesión: Nuestra crianza y el ejercicio parental				
Objetivo de la sesión: -Introducir a las y los participantes en los objetivos del taller brindando un contexto del impacto de las crianzas recibidas en la infancia y de las posibilidades de otros estilos crianza con sus hijas e hijos, a partir del análisis de su ejercicio parental.				
Horario planteado	Actividad	Objetivo de la Actividad	Descripción de la Actividad	Materiales que se usarán
15 minutos	Bienvenida	Romper el hielo e integrar a los participantes	<p>Se dará la bienvenida a los participantes mencionando la importancia de tener la cámara encendida, respetar la opinión y la vida de los demás, aunque la opinión pueda ser distinta a lo que se mencione y sobre todo que será un espacio en donde no se hagan juicios sobre lo que se dice y sobre todo sobre ellos mismos.</p> <p>Se realizará la presentación de los exponentes y posteriormente, se brindará el taller a través de la presentación en PowerPoint por medio de Zoom donde se explicará que este taller consiste en brindar información sobre los estilos de crianza que existen, la importancia del apego y los tipos que se conocen y cómo impactan en el vínculo afectivo, qué es la violencia infantil y qué tipos existen, las desventajas del castigo y cómo emplear la terapia de aceptación y compromiso así como el mindfulness para mejorar el vínculo parental y cómo esto puede impactar positivamente en la relación y conducta de sus hijos.</p>	Dispositivo electrónico/ Presentación Power Point Enlace: Sesión 1 Titulación Taller.pptx

			<p>Se les explicará que debido a la naturaleza del taller al hablar de ejercicios parentales, es probable que durante las sesiones recuerden situaciones que resulten difíciles de remover, pero que puede que eso sea parte de un proceso individual de hacer un nuevo comienzo y hacer énfasis en la necesidad de que sean realistas, colaboren y que el taller llegará hasta donde los y las participantes quieran colaborar, aunque pudiera resultarles difícil y algunas ocasiones desagradable, sólo se podrá avanzar si miran y dejan ver sus “barreras psicológicas”, los sentimientos y pensamientos que se interponen cuando quieren o saben que es necesario actuar de determinada manera ante los comportamientos de sus hijos e hijas. Se informará sobre los objetivos y metas esperadas, las fechas y horarios de impartición, así como el consentimiento informado.</p> <p>Se les pedirá a los participantes que mencionen una breve presentación de un minuto, donde digan su nombre, donde viven, que edad tienen sus hijos y dos características sobresalientes de su personalidad, donde el siguiente participante según aparezcan en la lista de asistencia, tenga que mencionar una característica personal que haya dicho el participante anterior.</p>	
30 minutos	Estilos de Crianza	Brindar información a los y las participantes sobre los estilos de crianza que existen para que identifiquen el que predomina en su ejercicio parental lo	<p>Por medio de la utilización de un video explicativo titulado 5 Estilos de Crianza y sus Efectos en la Vida se dan a conocer a los participantes los diferentes estilos de crianza.</p> <p>Posterior al video se integra una discusión con las preguntas: ¿Qué opinan de los estilos de crianza que se acaban de ver?</p>	<p>Presentación Power Point: Enlace: Sesión 1 Titulación Taller.pptx</p> <p>Video Explicativo https://youtu.be/ECCC FPfKZDs</p>

		<p>cual les permitirá que sean conscientes de los efectos que puede causar su estilo y cómo se relacionan con sus hijos e hijas.</p>	<p>¿Cuál es el que creen que predomina en su ejercicio parental? ¿Cuál creen que pudiera resultarles más efectivo? ¿Consideran que se pueden utilizar todos en algún momento? Y si es así, dar ejemplos.</p> <p>Con esta discusión se buscará enfatizar la importancia de ser conscientes de las consecuencias a corto, mediano y largo plazo en su interacción con sus hijos e hijas.</p> <p>Posteriormente con la utilización de la presentación Nuestra crianza y el ejercicio parental con diapositivas se ahondará en el tema de los estilos de crianza, solicitando a los participantes que identifiquen características de estos estilos con la crianza recibida en su infancia, para lo cual se les pedirá que, en una hoja o cuaderno y un lápiz solicitado previamente a la sesión, dibujaran cinco columnas con los datos: Estilos de crianza, ejemplo de cuándo y cómo ejerzo este estilo, ventajas, desventajas y resultado final. En la columna de estilos de crianza anotaran el estilo autoritario, negligente, democrático, permisivo y ambivalente en cada fila como se muestra en el ejemplo.</p>	<p>Playlist de relajación https://music.apple.com/mx/album/relax-meditate/1416424511</p>
--	--	--	---	--

			<p>Ejemplo:</p> <table border="1" data-bbox="869 215 1318 542"> <thead> <tr> <th>Estilo de crianza</th> <th>Ejemplo de cuándo y cómo ejerzo este estilo</th> <th>Ventajas</th> <th>Desventajas</th> <th>Resultado final</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Autoritario</td> <td>No le permito a mi hija decidir qué se pondrá para ir a una fiesta</td> <td>Irá arreglada y combinada</td> <td>No sabrá qué combina y qué no y cómo buscar ella la ropa adecuada a la ocasión</td> <td>Irá bien arreglada pero no aprenderá autonomía</td> </tr> <tr> <td>Negligente</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>democrático</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Permisivo</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Ambivalente</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>Ahí se les darán 6 minutos para que puedan realizar la actividad. Mientras la realizan, se pondrá de fondo un playlist de meditación para ayudar en la concentración y atención plena.</p> <p>Con esta información se les pedirá a 5 participantes que brinden un ejemplo cada uno sobre lo que hayan identificado de alguno de los estilos de crianza.</p>	Estilo de crianza	Ejemplo de cuándo y cómo ejerzo este estilo	Ventajas	Desventajas	Resultado final	Autoritario	No le permito a mi hija decidir qué se pondrá para ir a una fiesta	Irá arreglada y combinada	No sabrá qué combina y qué no y cómo buscar ella la ropa adecuada a la ocasión	Irá bien arreglada pero no aprenderá autonomía	Negligente					democrático					Permisivo					Ambivalente					
Estilo de crianza	Ejemplo de cuándo y cómo ejerzo este estilo	Ventajas	Desventajas	Resultado final																														
Autoritario	No le permito a mi hija decidir qué se pondrá para ir a una fiesta	Irá arreglada y combinada	No sabrá qué combina y qué no y cómo buscar ella la ropa adecuada a la ocasión	Irá bien arreglada pero no aprenderá autonomía																														
Negligente																																		
democrático																																		
Permisivo																																		
Ambivalente																																		
25 minutos	Atención Plena / Enfoque en el Momento Presente	Dar a conocer qué es Mindfulness y Terapia de Aceptación y Compromiso dentro de las prácticas parentales, reconociendo las emociones y pensamientos para dar claridad a lo que pueden sentir padres y madres, así como hijos e hijas ante	Después de haber utilizado el playlist de música de relajación y concentración, se les preguntará a las y los participantes qué hacen para promover la atención plena en su vida cotidiana y se les cuestionará qué saben del mindfulness como una herramienta para prestar atención al presente de forma intencionada. Por medio de la presentación con diapositivas se mostrarán las principales características del mindfulness y sus beneficios en general; así como la Terapia de Aceptación y Compromiso, características y etapas enfocados en el ejercicio parental, hablando de la asertividad, la identificación de pensamientos y emociones, aceptación de pensamientos y emociones desagradables, identificación de evitación experiencial, cómo decir sí o no, y aceptar, cómo enfrentarse a situaciones que corresponde a dar	Presentación Power Point: Sesión 1 Titulación Taller.pptx Enlace para la ruleta: https://ruleta-aleatoria.com/																														

situaciones cotidianas en sus relaciones y la manera en que se comunican.

críticas o elogios, y actualización de los compromisos y acciones orientada a los valores.

Por medio de un ejercicio de ruleta en línea <https://ruleta-aleatoria.com/> se elegirán al azar los

- tipos de sentimientos:
- Sentimientos de Tristeza
 - Sentimientos de Alegría
 - Sentimientos de Enfado
 - Sentimientos de Amor
 - Sentimientos de Miedo
 - Sentimientos de Sorpresa
 - Sentimientos de Asco

Y tendrán un minuto para escribir los que recuerden relacionados a los que salgan, para posteriormente por medio de la ruleta, saldrá al azar el nombre del participante que dirá qué fue lo que escribió de algunos de ellos.



<p>5 minutos</p>	<p>Ejercicio de Respiración</p>	<p>Detonar en los participantes la práctica de ejercicios de respiración como método de enfoque en el momento presente</p>	<p>Se les pide a los participantes tomar con sus manos dulce previamente solicitado para la sesión. Se mantendrá de fondo música de relajación para realizar el ejercicio. Sosteniendo el objeto en sus manos se les pide cerrar los ojos e iniciar una serie de respiraciones profundas prestando atención a la inhalación y exhalación. Posteriormente se les pide que, sin abrir los ojos, y siguiendo con la respiración, empiecen a recorrer el objeto con sus manos, a identificar los materiales, las texturas, las temperaturas y características en general de dicho objeto. Todo esto con el objetivo de empezar a ejercitar la atención plena, al terminar se les pedirá que mencionen algunos participantes cuál de las emociones previamente mencionadas identificaron en este ejercicio.</p>	<p>Dulce de la elección del participante.</p> <p>Enlace de Playlist de relajación: https://music.apple.com/mx/album/relax-meditate/1416424511</p>
<p>15 minutos</p>	<p>Preguntas y Comentarios</p>	<p>Obtener retroalimentación de los participantes, tanto de su experiencia con el taller como del trabajo de los instructores para conocer la postura que están teniendo con relación a la información recibida.</p>	<p>Se preguntará a los y las participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Cómo se sintieron con la sesión? -¿Qué les pareció la información recibida y como podría ser aplicada en el día a día? <p>Se aclararán dudas sobre la información presentada y se agradecerá por asistir a la sesión a las y los participantes.</p>	

Anexo 2. Sesión 2. Carta descriptiva.

Nombre del taller: Fortaleciendo el Vínculo Afectivo

Instructores: Psic. Tania Carpinteyro Rodríguez y Psic. Alfredo Rodríguez Ramos

Objetivo del taller: Brindar estrategias para fortalecer vínculos afectivos entre madres, padres, cuidadores y sus hijas e hijos de 6 a 12 años, a través de técnicas de defusión cognitiva, identificación de valores compartidos y atención plena (mindfulness).

Dirigido a: Madres, padres, que tienen hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad, así como cuidadoras y cuidadores primarios dentro de la República Mexicana.

Las personas que cubran los criterios de inclusión y de exclusión serán agregados a un grupo de WhatsApp.

Lugar donde se llevará a cabo: Las sesiones del taller se llevarán a cabo por medio de la plataforma **Zoom**, los cuestionarios y el consentimiento informado se contestarán a través de un formulario de Google y se harán llegar mediante WhatsApp.

Enlace de sesiones:

<https://us06web.zoom.us/j/87102892578?pwd=N2hHYWVqSlh1ZjZxS2ZRWXo0UDQ0dz09>


Número de sesiones, días y horarios: 6 sesiones de 90 minutos cada sesión; a partir del 29 de agosto de 2023 y hasta el 14 de agosto de este. Las sesiones serán de 19:30 horas a 21:00 horas tiempo de CDMX.

Día 2				
Nombre de la sesión: Defusión y Tipos de Apego				
Objetivo de la sesión: -Explicar los tipos de apego que existen con el fin de que los padres, madres y cuidadores o cuidadoras principales identifiquen su principal tipo de apego y el que aplican con sus hijos e hijas.				
Horario planteado	Actividad	Objetivo de la Actividad	Descripción de la Actividad	Materiales que se usarán
15 minutos	Bienvenida	Ejercitar en los participantes la atención plena	<p>Saludo y bienvenida a la sesión</p> <p>Se realizará un ejercicio de respiración guiada con atención al momento presente por medio video Música para Sanación del Estrés, Ansiedad y Depresión, Quitar la Rabia Interior y la Tristeza y la lectura de la Meditación guiada de Quána Madison, educadora de Clyfford Still Museum y profesor de la conciencia plena para desconectarse durante la sesión de los acontecimientos que puedan interferir con la atención en el taller.</p> <p>Guión de relajación guiada: Ponte en una posición cómoda (sentado o sentada). Cierra los ojos. Toma 2 respiraciones profundas lentas, mientras sigues tu propio ritmo respiratorio natural. Vas a visitar un lugar tranquilo en tu mente. Imagina un espacio tranquilo donde te sientas seguro, cómodo y totalmente relajado. Tu espacio relajante y seguro puede estar dentro o fuera... tal vez es un jardín, un hermoso paisaje... un espacio favorito que disfrutas visitando... o un lugar en el mundo</p>	<p>Enlace de la presentación https://1drv.ms/p/s!AtKozFd_bKkDoGluG7lKqWk5xc-X?e=xkCeOl</p> <p>Enlace al video de música: https://www.youtube.com/watch?v=KALFSIdZfDc</p> <p>Texto de relajación guiada: https://clyffordstillmuseum.org/wp-content/uploads/2020/09/Meditacio%CC%81n-guiada-de-relajacio%CC%81n-profunda.pdf</p>

			<p>donde siempre imaginaste visitar... o tal vez es un lugar favorito en tu hogar o en tu comunidad.</p> <p>Al entrar en este espacio tranquilo, imagínate que estás liberando tus ansiedades, tus preocupaciones y tus miedos...</p> <p>Tu estrés y tensión va derritiéndose...</p> <p>Mira alrededor de tu espacio tranquilo. Fíjate en los detalles de tu espacio tranquilo.</p> <p>¿Qué ves? ¿Cuáles texturas o colores notas?</p> <p>¿Qué hueles?... ¿Qué oyes?... Observa lo que está justo delante de ti en tu espacio pacífico. Alcanza y tócalo...</p> <p>¿Cómo te sientes?</p> <p>Este es tu espacio especial donde nada puede hacerte daño.... Donde no hay demandas sobre ti...</p> <p>Nota que tus dedos de los pies, pies y rodillas se sienten más relajados...</p> <p>Nota que tus piernas, cadera, y la parte inferior de la espalda se relajan...</p> <p>Nota que tu abdomen y tu pecho se siente cada vez más facilidad...</p> <p>Nota que tu corazón se llena de compasión...</p> <p>Nota que tus hombros y la parte superior de la espalda liberan tensión...</p> <p>Nota tu cara, tus ojos y tu frente... relajándose....</p> <p>Tu cuerpo, mente, corazón y espíritu están abrazados suavemente por la ternura, el cuidado y el amor.</p> <p>Mantiene esta sensación de estar más relajado.</p> <p>Recuerda que puedes volver y relajarte en este espacio tranquilo en tu mente en cualquier momento.</p> <p>Di esta afirmación en voz alta o en silencio a ti mismo:</p> <p>“Estoy en paz. Puedo relajarme aquí. Puedo llegar a este tranquilo espacio interior cuando quiera.”</p> <p>Cuando estés listo... Abre los ojos...</p>	
--	--	--	---	--

<p>45 minutos</p>	<p>Defusión de estilos de crianza</p>	<p>Lograr que los participantes identifiquen la manera en que fueron criados y cómo se les hacía sentir contra la manera que están aplicando la crianza parental actualmente como educadores.</p>	<p>Realizar ejercicio con los participantes comparando cómo los criaron a ellos y cómo están criando a sus hijos, a través de una dinámica donde se establezca la comparación con lo siguiente:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <table border="1" data-bbox="800 391 1146 716"> <caption>Como me educaron mis padres</caption> <tr> <td>¿Cómo me felicitaban al realizar una buena conducta?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Cómo me castigaban o me hacían saber las consecuencias de mis actos?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Cómo me enseñaron cuando era niño?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Cómo fueron criados?</td> <td>¿cómo les hacía sentir?</td> </tr> <tr> <td>Golpes</td> <td>Triste y espantado</td> </tr> <tr> <td>Gritos</td> <td>Angustia, corazón acelerado...</td> </tr> <tr> <td>Ignorarme</td> <td>Culpa, ganas de llorar, frustración...</td> </tr> <tr> <td>Abrazos</td> <td>Confianza, tranquilidad...</td> </tr> <tr> <td>etc...</td> <td></td> </tr> </table> <table border="1" data-bbox="1199 375 1556 732"> <caption>Como educó a mis hijos e hijas</caption> <tr> <td>¿Cómo felicito a mis hijos o hijas cuando realizan una buena conducta?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Cómo castigo o hago saber las consecuencias de los actos de mis hijos o hijas?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Cómo enseño a mi hijo o hija?</td> <td></td> </tr> <tr> <td>¿Cómo estoy criando o educando?</td> <td>¿cómo se sienten mis hijos e hijas con lo que hago?</td> </tr> <tr> <td>Golpes</td> <td>Triste y espantado</td> </tr> <tr> <td>Gritos</td> <td>Angustia, corazón acelerado...</td> </tr> <tr> <td>Ignorarme</td> <td>Culpa, ganas de llorar, frustración...</td> </tr> <tr> <td>Abrazos</td> <td>Confianza, tranquilidad...</td> </tr> <tr> <td>etc...</td> <td></td> </tr> </table> </div> <p>Posteriormente se realizará un ejercicio de agradecimiento a sus propios padres y madres por lo que pudieron hacer para criarles con las herramientas que contaban y el amor que les tenían siguiendo un guión propuesto a continuación que facilite el orden de ideas de la práctica.</p> <p>Carta de agradecimiento a mis padres</p> <ul style="list-style-type: none"> •Saludo: Comienza la carta con un saludo afectuoso, como "Queridos papá y mamá" o "Queridos mamá y papá". •Expresión de gratitud: Expresa de manera sincera y clara tu agradecimiento por todo lo que han hecho por ti. Puedes mencionar situaciones o momentos específicos que te hayan dejado una impresión duradera. •Reconocimiento de su amor y apoyo: Habla sobre el amor incondicional y el apoyo que te han brindado a lo largo de los años, haciendo hincapié en cómo ha hecho una diferencia en tu vida. 	¿Cómo me felicitaban al realizar una buena conducta?		¿Cómo me castigaban o me hacían saber las consecuencias de mis actos?		¿Cómo me enseñaron cuando era niño?		¿Cómo fueron criados?	¿cómo les hacía sentir?	Golpes	Triste y espantado	Gritos	Angustia, corazón acelerado...	Ignorarme	Culpa, ganas de llorar, frustración...	Abrazos	Confianza, tranquilidad...	etc...		¿Cómo felicito a mis hijos o hijas cuando realizan una buena conducta?		¿Cómo castigo o hago saber las consecuencias de los actos de mis hijos o hijas?		¿Cómo enseño a mi hijo o hija?		¿Cómo estoy criando o educando?	¿cómo se sienten mis hijos e hijas con lo que hago?	Golpes	Triste y espantado	Gritos	Angustia, corazón acelerado...	Ignorarme	Culpa, ganas de llorar, frustración...	Abrazos	Confianza, tranquilidad...	etc...		<p>Hojas y lápiz para realizar las tablas comparativas</p>
¿Cómo me felicitaban al realizar una buena conducta?																																								
¿Cómo me castigaban o me hacían saber las consecuencias de mis actos?																																								
¿Cómo me enseñaron cuando era niño?																																								
¿Cómo fueron criados?	¿cómo les hacía sentir?																																							
Golpes	Triste y espantado																																							
Gritos	Angustia, corazón acelerado...																																							
Ignorarme	Culpa, ganas de llorar, frustración...																																							
Abrazos	Confianza, tranquilidad...																																							
etc...																																								
¿Cómo felicito a mis hijos o hijas cuando realizan una buena conducta?																																								
¿Cómo castigo o hago saber las consecuencias de los actos de mis hijos o hijas?																																								
¿Cómo enseño a mi hijo o hija?																																								
¿Cómo estoy criando o educando?	¿cómo se sienten mis hijos e hijas con lo que hago?																																							
Golpes	Triste y espantado																																							
Gritos	Angustia, corazón acelerado...																																							
Ignorarme	Culpa, ganas de llorar, frustración...																																							
Abrazos	Confianza, tranquilidad...																																							
etc...																																								

			<ul style="list-style-type: none"> •Agradece su esfuerzo: Agradece los sacrificios que han hecho por ti, como dedicar tiempo, esfuerzo y recursos para proporcionarte una vida mejor. •Lecciones aprendidas: Menciona las lecciones valiosas que te han enseñado y cómo te han ayudado a crecer y ser la persona que eres hoy. •Reconocimiento de valores y principios: Si hay valores o principios específicos que te han transmitido y que ahora aprecias, asegúrate de mencionarlos. •Palabras de afecto y cariño: Expresa cuánto los amas y cuán agradecido estás por tenerlos como tus padres. •Proyección hacia el futuro: Comparte tus esperanzas y deseos para el futuro y cómo esperas honrar su legado a medida que avanzas en la vida. •Cierre: Termina la carta con un cierre cariñoso, como "Con todo mi amor", "Siempre agradecido/a" o "Con cariño". 	
<p>20 minutos</p>	<p>Tipos de Apego</p>	<p>Los participantes lograrán reconocer los diferentes tipos de apego e identificarse con alguno o varios de estos para comprender la importancia del vínculo afectivo para una buena relación con sus hijos e hijas.</p>	<p>Se presentarán los tipos de apego, por medio de un video introductorio llamado Qué Tipos de Apego existen y cómo Afectan al Adulto? y una explicación con diapositivas, a manera de dar pie a la aceptación como tema de la siguiente sesión.</p>	<p>Enlace del video: https://www.youtube.com/watch?v=EIBI9NNqT1w</p> <p><u>Crucigrama en la diapositiva de PowerPoint.</u></p>

			<p>Posteriormente a la presentación del video, se realizará una actividad llamada crucigrama del apego y el vínculo afectivo.</p>  <p>Se presentará en pantalla y se les pedirá a los participantes que lo resuelvan entre todos para conseguir las respuestas y reconocer los tipos de apego y la diferencia entre vínculo y apego.</p> <p>Se les pedirá a las y los participantes que compartan alguna experiencia relacionada con el tipo de apego que identificaron en su ejercicio parental para intercambiar experiencias y opiniones.</p>	
<p>10 minutos</p>	<p>Preguntas y Comentarios</p>	<p>Obtener retroalimentación de los participantes, tanto de su experiencia con el taller como del trabajo de los instructores para conocer la postura que están teniendo con relación a la información recibida.</p>	<p>Se preguntará a los participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Cómo se sintieron con la sesión? -¿Qué les pareció la información recibida y como podría ser aplicada en el día a día? <p>Se aclararán dudas sobre la información presentada y se agradecerá por asistir a la sesión a las y los participantes.</p>	

Anexo 3. Sesión 3. Carta descriptiva

Nombre del taller: Fortaleciendo el Vínculo Afectivo

Instructores: Psic. Tania Carpinteyro Rodríguez y Psic. Alfredo Rodríguez Ramos

Objetivo del taller: Brindar estrategias para fortalecer vínculos afectivos entre madres, padres, cuidadores y sus hijas e hijos de 6 a 12 años, a través de técnicas de defusión cognitiva, identificación de valores compartidos y atención plena (mindfulness).

Dirigido a: Madres, padres, que tienen hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad, así como cuidadoras y cuidadores primarios dentro de la República Mexicana.

Las personas que cubran los criterios de inclusión y de exclusión serán agregados a un grupo de WhatsApp.

Lugar donde se llevará a cabo: Las sesiones del taller se llevarán a cabo por medio de la plataforma **Zoom**, los cuestionarios y el consentimiento informado se contestarán a través de un formulario de Google y se harán llegar mediante WhatsApp.

Enlace de sesiones: <https://us06web.zoom.us/j/87102892578?pwd=N2hHYWVqSlh1ZjZxS2ZRWXo0UDQ0dz09>

Número de sesiones, días y horarios: 6 sesiones de 90 minutos cada sesión; a partir del 29 de agosto de 2023 y hasta el 14 de agosto de este. Las sesiones serán de 19:30 horas a 21:00 horas tiempo de CDMX.

Día 3				
Nombre de la sesión: Si, Acepto y no maltrato				
Objetivo de la sesión: Dar a conocer qué es el maltrato para reflexionar el impacto que tiene en las infancias.				
Horario planteado	Actividad	Objetivo de la Actividad	Descripción de la Actividad	Materiales que se usarán
15 minutos	Bienvenida	Ejercitar en los participantes la atención plena con la respiración sincronizada para que conozcan esta técnica de relajación y puedan usarla en su ejercicio parental.	<p>Saludo y bienvenida a la sesión.</p> <p>Se les preguntará como se han sentido desde la última sesión y si han percibido algún cambio de bienestar en ellos o ellas. Se escucharán los comentarios de las y los participantes.</p> <p>Se les pedirá a las y los participantes que realicen un ejercicio de respiración guiada con atención al momento presente, durante 5 minutos, utilizando el video de música para relajación para lograr que se centren en el momento presente de la sesión de forma relajada y consciente.</p> <p>Atención a la respiración sincronizada 4x4x8 Concentra la atención en la respiración que es sincronizada con una secuencia numérica concreta: 4x4x8.</p> <p>Haz una inspiración suave, profunda y constante por la nariz mientras cuentas mentalmente “1, 2, 3, 4”. A</p>	<p>Enlace de la presentación en PowerPoint: Si, Acepto y no maltrato https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoG0HcsOtHiKJmx_u?e=qkL4d2</p> <p>Enlace al video de música: https://www.youtube.com/watch?v=KALFSIdZfDc</p>

			<p>continuación, retén el aire dentro sin expulsarlo, a modo de apnea, mientras vuelves a contar “1, 2, 3, 4”. Por último, expira el aire por la nariz contando del 1 al 8.</p> <p>Después de realizar varias secuencias consecutivas, debes terminar con la atención en la respiración natural (sin manipularla) durante unos instantes.</p> <p>Cuando te des cuenta de que te has distraído, observa qué es aquello que captó tu atención y regresa enseguida a la respiración que surge en ese mismo instante.</p>	
20 minutos	Maltrato	Dar a conocer a los participantes las desventajas del maltrato y el castigo, práctica muy arraigada en la crianza	Por medio de la presentación con diapositivas se explicarán los conceptos de maltrato físico, maltrato psicológico, tipos de maltrato, castigo y sus desventajas.	Presentación Power Point https://1drv.ms/p/s!AtKbzFd_bKkDoG0HcsOthiKJmx_u?e=qkL4d2
20 minutos	Tabla de Acciones, Consecuencias y Emociones	Los participantes lograrán reconocer las emociones generadas por el castigo y el maltrato en ellos mismos	Los participantes realizarán una tabla refiriendo a su infancia, con las siguientes columnas: acción, consecuencia, emoción. En donde se les pedirá que recuerden como los castigaban o percibían algún tipo de maltrato, escribiendo la acción que habían realizado, la consecuencia que les habían aplicado y la emoción que les causó esa forma de corregirlos.	Lápiz y hojas

			<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="3">Mi infancia</th> </tr> <tr> <th>Acción</th> <th>Consecuencia</th> <th>emoción</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	Mi infancia			Acción	Consecuencia	emoción																					
Mi infancia																														
Acción	Consecuencia	emoción																												
20 minutos	Tabla de Acciones, Consecuencias y Emociones	Los participantes lograrán reconocer las emociones generadas por el castigo y el maltrato, ahora con sus hijos e hijas	<p>Los participantes realizarán la tabla ahora sobre sus hijos e hijas, donde recuerden alguna acción de sus hijos e hijas que implicara una corrección o castigo, describiendo la consecuencia que les aplicaron y la emoción que percibieron como padres y que identificaron en sus hijos o hijas.</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <thead> <tr> <th colspan="4">La infancia de mis hijos e hijas</th> </tr> <tr> <th rowspan="2">Acción</th> <th rowspan="2">Consecuencia</th> <th colspan="2">emoción</th> </tr> <tr> <th>Padre o madre</th> <th>Hijo o hija</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> <tr><td> </td><td> </td><td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	La infancia de mis hijos e hijas				Acción	Consecuencia	emoción		Padre o madre	Hijo o hija																	Lápiz y hojas
La infancia de mis hijos e hijas																														
Acción	Consecuencia	emoción																												
		Padre o madre	Hijo o hija																											
15 minutos	Preguntas y Comentarios	Obtener retroalimentación	Se les preguntará a las y los participantes:																											

		<p>de los participantes, tanto de su experiencia con el taller como del trabajo de los instructores para conocer la postura que están teniendo con relación a la información recibida.</p>	<p>-¿Cómo se sintieron con la sesión?</p> <p>-¿Qué les pareció la información recibida y como podría ser aplicada en el día a día?</p> <p>Se aclararán dudas sobre la información presentada y se agradecerá por asistir a la sesión a las y los participantes.</p>	
--	--	--	---	--

Anexo 4. Sesión 4. Carta descriptiva

Nombre del taller: Fortaleciendo el Vínculo Afectivo

Instructores: Psic. Tania Carpinteyro Rodríguez y Psic. Alfredo Rodríguez Ramos

Objetivo del taller: Brindar estrategias para fortalecer vínculos afectivos entre madres, padres, cuidadores y sus hijas e hijos de 6 a 12 años, a través de técnicas de defusión cognitiva, identificación de valores compartidos y atención plena (mindfulness).

Dirigido a: Madres, padres, que tienen hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad, así como cuidadoras y cuidadores primarios dentro de la República Mexicana.

Las personas que cubran los criterios de inclusión y de exclusión serán agregados a un grupo de WhatsApp.

Lugar donde se llevará a cabo: Las sesiones del taller se llevarán a cabo por medio de la plataforma **Zoom**, los cuestionarios y el consentimiento informado se contestarán a través de un formulario de Google y se harán llegar mediante WhatsApp.

Enlace de sesiones:

<https://us06web.zoom.us/j/87102892578?pwd=N2hHYWVqSlh1ZjZxS2ZRWXo0UDQ0dz09>

Número de sesiones, días y horarios: 6 sesiones de 90 minutos cada sesión; a partir del 29 de agosto de 2023 y hasta el 14 de agosto de este. Las sesiones serán de 19:30 horas a 21:00 horas tiempo de CDMX.

Día 4				
Nombre de la sesión: Crianza Democrática y Contextualización				
Objetivo de la sesión: -Trabajar en la contextualización de los pensamientos y conductas parentales como un observador de las mismas.				
Horario planteado	Actividad	Objetivo de la Actividad	Descripción de la Actividad	Materiales que se usarán
15 minutos	Bienvenida	Ejercitar en los participantes la atención plena	Saludo y bienvenida a la sesión Ejercicio de respiración guiada con atención al momento presente. Sentarse con la espalda totalmente en el respaldo, de manera cómoda en la silla con las plantas de los pies tocando el suelo y las manos sobre los muslos. A medida que se inhala, prestar atención al flujo del aire entrando por la nariz y saliendo por la boca. Respira de manera relajada, cuenta los segundos que te toma inhalar hasta el fondo y después cuenta los segundos que toma exhalar. Pon atención a tu posición corporal y, de manera consciente, relaja tus manos, tus pies, tu rostro, tus sienes tus pómulos, tu frente. Poco a poco ve retomando la consciencia y abre tus ojos cuando te sientas lista, cuando te sientas listo. Este ejercicio se realiza con el video Música para Meditar Equilibrio y paz mental	Dispositivo electrónico https://youtu.be/22i6SofLVRY?si=lezzUwBKjGaYXkDR
20 minutos	Crianza Positiva y Democrática	Presentar a los participantes con crianza positiva y su	Se inicia preguntando a los participantes, qué entienden por crianza positiva, conocen el concepto, alguien está llevando a cabo prácticas consideradas como de crianza positiva.	Dispositivo electrónico

		<p>relación con la crianza democrática.</p>	<p>Se presenta el video: Crianza Positiva de Plan Internacional Perú en el que se menciona qué es la crianza positiva y se muestran algunas herramientas para ejercerla. Conceptos de Crianza Positiva: -Bases de la Crianza Positiva -Pautas -Forma de presentar Reglas y Límites -Mitos de la crianza positiva Posteriormente se pedirá a los participantes relacionar por medio de ejemplos que puedan brindar y compartir el concepto de crianza positiva con el de crianza democrática visto en sesiones anteriores. De igual forma se les invitará a los participantes a ligar la crianza positiva con los temas vistos hasta el momento, tales como: atención plena, reconocimiento e identificación de emociones, intercambiado opiniones que pudieran haber tenido sobre la crianza positiva y si encuentran similitudes con los temas que hemos trabajado en las sesiones pasadas.</p>	<p>Video: https://www.youtube.com/watch?v=obxL52NyWGg</p>
<p>40 minutos</p>	<p>Enjuiciar las prácticas parentales</p>	<p>Lo padres pondrán en contexto (como espectadores) sus prácticas parentales para lograr un análisis más detallado</p>	<p>Se realizará con los padres y madres el ejercicio de "enjuiciar los pensamientos" (técnica cognitivo-conductual) con el fin de lograr la observación de las prácticas aplicadas actualmente en la crianza, observándolas como espectador y crear un juicio más objetivo sobre la aplicación y resultados de estas; para lo cual se les pide a los participantes pensar en la manera o estrategia más frecuente que utilizan para corregir o llamar la atención de sus hijas e hijos. Se presentará como ejemplo "castigar el teléfono celular" y juntos se ira postulando en el cuadro de Defensa / Fiscal por qué sería bueno castigar el celular y por qué no sería conveniente, para que los participantes observen la forma y resultado del correctivo que se ha propuesto y con otras</p>	<p>Dispositivo electrónico Presentación Power Point: https://onedrive.live.com/edit.aspx?resid=3A96C7F57CC9BD2!4207&ithint=file%2cpptx&authkey=!AKTE1SVgHGKtoo Utensilios de Escritura</p>

			<p>acciones que ellos consideren puedan llevar a cabo el ejercicio.</p> <table border="1"> <tr> <td colspan="2">Estrategia:</td> </tr> <tr> <td>Defensa</td> <td>Fiscal</td> </tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> <tr><td></td><td></td></tr> </table> <p>Posteriormente, los participantes, utilizarán papel y lápiz y escribirán, en dos columnas aspectos positivos y negativos de sus prácticas de crianza más arraigadas.</p> <p>Se les pedirá que, a los que gusten, puedan leer lo que escribieron y a la conclusión que llegaron</p>	Estrategia:		Defensa	Fiscal																																															
Estrategia:																																																						
Defensa	Fiscal																																																					
15 minutos	Preguntas y Comentarios	Obtener retroalimentación de los participantes, tanto de su experiencia con el taller como del trabajo de los instructores para conocer la postura que están teniendo con relación a la información recibida.	<p>Se pregunta a los participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Cómo se sintieron con la sesión? -¿Qué les pareció la información recibida y como podría ser aplicada en el día a día? <p>Se aclararán dudas sobre la información presentada y se agradecerá por asistir a la sesión a las y los participantes.</p>	Dispositivo electrónico																																																		

Anexo 5. Sesión 5. Carta descriptiva

Nombre del taller: Fortaleciendo el Vínculo Afectivo

Instructores: Psic. Tania Carpinteyro Rodríguez y Psic. Alfredo Rodríguez Ramos

Objetivo del taller: Brindar estrategias para fortalecer vínculos afectivos entre madres, padres, cuidadores y sus hijas e hijos de 6 a 12 años, a través de técnicas de defusión cognitiva, identificación de valores compartidos y atención plena (mindfulness).

Dirigido a: Madres, padres, que tienen hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad, así como cuidadoras y cuidadores primarios dentro de la República Mexicana.

Las personas que cubran los criterios de inclusión y de exclusión serán agregados a un grupo de WhatsApp.

Lugar donde se llevará a cabo: Las sesiones del taller se llevarán a cabo por medio de la plataforma **Zoom**, los cuestionarios y el consentimiento informado se contestarán a través de un formulario de Google y se harán llegar mediante WhatsApp.

Enlace de sesiones:

<https://us06web.zoom.us/j/87102892578?pwd=N2hHYWVqSlh1ZjZxS2ZRWXo0UDQ0dz09>

Número de sesiones, días y horarios: 6 sesiones de 90 minutos cada sesión; a partir del 29 de agosto de 2023 y hasta el 14 de agosto de este. Las sesiones serán de 19:30 horas a 21:00 horas tiempo de CDMX.

Día 5				
Nombre de la sesión: Valores y Acciones				
Objetivo de la sesión: -Selección de valores parentales estableciendo los planes de acción con miras a los valores previamente establecidos				
Horario planteado	Actividad	Objetivo de la Actividad	Descripción de la Actividad	Materiales que se usarán
15 minutos	Bienvenida	Ejercitar en los participantes la atención plena	Saludo y bienvenida a la sesión Ejercicio de respiración guiada con atención al momento presente. Sentarse en una silla con las plantas de los pies tocando el suelo y las manos sobre los muslos. Hacer una media sonrisa. Observar la respiración. Cuando cuerpo y mente se hallen relajados, seguir inspirando y espirando muy suavemente; estar atentos a la respiración y pensar “Estoy inspirando y pacificando cuerpo y mente. Estoy espirando y pacificando cuerpo y mente”. Hacerlo tres veces, intensificando el pensamiento “Estoy inspirando mientras mi cuerpo y mi mente están en paz. Estoy espirando mientras mi cuerpo y mente están en paz”. Mantener este pensamiento de 5 a 30 minutos, según la habilidad que tenga para hacerlo y el tiempo del que se disponga. Tanto el inicio como el final de este ejercicio debe ser relajado y suave. Cuando se quiera detener, dar un masaje en los músculos de las piernas antes de volver a sentarse en una posición normal. Esperar un	Dispositivo electrónico: Enlace a la presentación PPT. Sesión 5 Titulación Taller.pptx Video de atención plena https://youtu.be/22i6SofLVRY?si=lezzUwBKjGaYXkDR

			momento antes de ponerse de pie. Este ejercicio se realiza con el video Música para Meditar Equilibrio y paz mental	
30 minutos	Valores	Los participantes lograrán jerarquizar su propios valores en la crianza de sus hijos	<p>Con el fin de entender el concepto de “valores personales”, se presenta el video: VALORES PERSONALES- terapia de aceptación y compromiso (ACT). ¿por qué son tan importantes? De Claudio Ojeda. (Min 0:40 a 3:08). Se intercambian impresiones del video con los participantes.</p> <p>Se hace un repaso de los conceptos previos tales como: estilos de crianza, crianza positiva, tipos de apego, maltrato, castigo, buscando establecer los valores que los participantes tomarán en cuenta para establecer objetivos de crianza.</p> <p>Posteriormente se les pide a los participantes, de manera individual, anotar 5 valores personales relacionados a la crianza de sus hijos, donde deberán poner en orden cual es el principal que tienen en mente y compartir algunos de ellos después de haber trabajado en parejas para intercambiar opiniones de cuales podrían ser esos valores personales que tienen establecidos e influyen en su familia.</p>	<p>Dispositivo electrónico</p> <p>Video: https://www.youtube.com/watch?v=yOJmArWYiqw</p> <p>Utensilios de Escritura</p>
30 minutos	Acciones	Los participantes se comprometerán con los valores desarrollando planes de acción	<p>Cada participante responderá a las siguientes preguntas, en relación a cada uno de los valores previamente establecidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -¿Cómo logró establecer este valor? -¿Qué acciones debo llevar a cabo día a día que vayan de la mano con este valor? 	<p>Dispositivo electrónico</p> <p>Utensilios de Escritura</p>

		<p>y estrategias para su cumplimiento.</p> <p>Metáfora de aprender a ir en bicicleta</p>	<p>-¿Qué acciones debo dejar de lado para ser congruente con este valor? Para cerrar la actividad, se les explicará a los participantes que dichos planes de acción serán establecidos como un sistema de reglas de convivencia tanto para padres y madres como para hijas e hijos.</p> <p>Se presentará la metáfora de la bicicleta para lograr que relacionen las practicas nuevas aprendidas con la perseverancia.</p> <p>Para fortalecer los músculos, o para llegar a ser muy habilidoso con la bicicleta como en una competencia, la práctica sistemática con la bicicleta en muchas condiciones es necesaria para conseguirlo.</p> <p>Por ejemplo: Se ha de practicar tanto si llueve como si hace calor, con el viento a favor o en contra, tenga ganas o no, piense que podrá o lo contrario, sea por asfalto o por tierra, por montaña o por recorridos sin cestas, con un tipo de bicicleta y con otra, etc.</p> <p>Lo importante es el pedaleo en muchas condiciones, aunque en muchas de ellas la práctica no resulte placentera.</p> <p>Es más, manejar la bicicleta supone también que se caerá y que habrá de aprender a levantarse y seguir. Esto significa <u>mantenerse fiel al significado valioso</u> que pueda tener el manejo de la bicicleta. Sin ese significado, no merece la pena.</p> <p>Su experiencia ha sido abandonar la bicicleta en cuento lo nota. Si ahora quiere ir en otra dirección, me parece que va a tener que hacerse un experto en manejar la bicicleta con las sensaciones y pensamientos que fluyan, y también que habrá que</p>	
--	--	--	--	--

			<p>practicar el levantarse para seguir pedaleando por donde usted quiera...</p> <p>¿Qué ciclista sería más experto, aquel que va en bici siempre que el tiempo sea bueno, vaya acompañado y además se sienta con ánimo?</p> <p>○</p> <p>¿aquel ciclista que va en bici por muchos tipos de caminos , en cualquier día, solo o acompañado y con uno u otro estado de ánimo?</p>	
15 minutos	Preguntas y Comentarios	Obtener retroalimentación de los participantes, tanto de su experiencia con el taller como del trabajo de los instructores para conocer la postura que están teniendo con relación a la información recibida.	<p>Se pregunta a los participantes:</p> <p>-¿Cómo se sintieron con la sesión?</p> <p>-¿Qué les pareció la información recibida y como podría ser aplicada en el día a día?</p> <p>Se aclaran dudas sobre la información presentada y se agradece a los participantes</p>	Dispositivo electrónico

Anexo 6. Sesión 6. Carta descriptiva

Nombre del taller: Fortaleciendo el Vínculo Afectivo

Instructores: Psic. Tania Carpinteyro Rodríguez y Psic. Alfredo Rodríguez Ramos

Objetivo del taller: Brindar estrategias para fortalecer vínculos afectivos entre madres, padres, cuidadores y sus hijas e hijos de 6 a 12 años, a través de técnicas de defusión cognitiva, identificación de valores compartidos y atención plena (mindfulness).

Dirigido a: Madres, padres, que tienen hijas e hijos entre 6 y 12 años de edad, así como cuidadoras y cuidadores primarios dentro de la República Mexicana.

Las personas que cubran los criterios de inclusión y de exclusión serán agregados a un grupo de WhatsApp.

Lugar donde se llevará a cabo: Las sesiones del taller se llevarán a cabo por medio de la plataforma **Zoom**, los cuestionarios y el consentimiento informado se contestarán a través de un formulario de Google y se harán llegar mediante WhatsApp.

Enlace de sesiones:

<https://us06web.zoom.us/j/87102892578?pwd=N2hHYWVqSlh1ZjZxS2ZRWXo0UDQ0dz09>

Número de sesiones, días y horarios: 6 sesiones de 90 minutos cada sesión; a partir del 29 de agosto de 2023 y hasta el 14 de agosto de este. Las sesiones serán de 19:30 horas a 21:00 horas tiempo de CDMX.

Día 6				
Nombre de la sesión: Valores y Acciones				
Objetivo de la sesión:				
<ul style="list-style-type: none"> - Los participantes identificarán los cambios aplicados durante el taller y los resultados obtenidos con relación a la percepción del vínculo afectivo con sus hijos e hijas. 				
Horario planteado	Actividad	Objetivo de la Actividad	Descripción de la Actividad	Materiales que se usarán
15 minutos	Bienvenida	Ejercitar en los participantes la atención plena	Saludo y bienvenida a la sesión Ejercicio de respiración guiada con atención al momento presente. Sentarse en la, con la espalda totalmente en el respaldo, de manera cómoda en la silla con las plantas de los pies tocando el suelo y las manos sobre los muslos. A medida que se inhala, prestar atención al flujo del aire entrando por la nariz y saliendo por la boca. Respira de manera relajada, cuenta los segundos que te toma inhalar hasta el fondo y después cuenta los segundos que toma exhalar. Pon atención a tu posición corporal y, de manera consciente, relaja tus manos, tus pies, tu rostro, tus sienes tus pómulos, tu frente. Poco a poco ve retomando la consciencia y abre tus ojos cuando te sientas lista, cuando te sientas listo. Este ejercicio se realiza con el video Música para Meditar Equilibrio y paz mental	Dispositivo electrónico https://youtu.be/22i6SofLVRY?si=lezzUwBKjGaYXkDR
30 minutos	Compromiso	Los participantes crearán compromisos relacionados con la	Los expositores junto con los participantes realizarán una lluvia de ideas con el objetivo de crear un compromiso hacia los hijos e hijas para buscar fortalecer los lazos afectivos, así como	Dispositivo electrónico Presentación de PowerPoint: https://onedrive.live.com/re

		<p>crianza de sus hijas e hijos.</p>	<p>una disculpa por los errores cometidos hasta el momento, buscando subsanar la autoimagen como los padres y madres que pudieron haber sido por no conocer otra forma de criar y ofreciendo una nueva crianza basada en el respeto mutuo que si no lo hay, debe comenzar a construirse; en una escucha activa y en una protección responsable y consciente de las consecuencias que nuestros actos pueden tener. Crear un compromiso hacia los hijos para buscar fortalecer los lazos afectivos. Se les solicitará a los participantes que realicen una pequeña carta que puedan cubrir los puntos anteriores Ejemplo de Carta Compromiso:</p>	<p>dir?resid=3A96C7F57CC9BD2!4216&authkey=!AFRGSkFxAOpZ6Qw&ithint=file%2cpptx&e=9VvWT4 Utensilios de Escritura</p>
--	--	--------------------------------------	---	--

			<p style="text-align: right;">Lugar y Fecha</p> <p>Por medio de la presente yo _____, padre/madre de familia o representante legal de _____, reconociendo que la crianza de mi hijo/a es un esfuerzo conjunto entre los miembros de la familia, firmo esta carta de compromiso, que incluye los compromisos que siguen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Yo _____ madre/padre de _____ tengo la opción, porque sé que puedo hacerlo, de _____, en lugar de: _____. 2. Asegurarme de escuchar a mi hija o hijo, así como de contarle cualquier dificultad o éxito que tenga. Compartir con ellos. 3. Expresar amor por mi hija o hijo tanto verbal como físicamente. 4. Esforzarme en validar sus emociones y escuchar sus argumentos de manera empática, tomando en cuenta tanto su edad como su etapa evolutiva 5. Poner todo mi esfuerzo en mantener la atención al momento presente con atención plena con el objetivo de no cargar emociones externas en la convivencia familiar. 6. Valorar siempre el trabajo duro y la superación de las dificultades y limitaciones. 7. En caso de tener un retroceso y realizar alguna conducta que pueda lastimar a mi hijo, le ofreceré disculpas y volveré a retomar una crianza basada en amor, paciencia, respeto y tolerancia. 8. No permitiré que otros influyan en mis decisiones sobre una crianza democrática, anteponiendo ante todo el vínculo afectivo que tengo con mi hijo o hija sobre el de otras personas. 9. Protegeré y brindaré apoyo a mi hijo o hija sobre sus gustos, valores personales y preferencias, ayudándole a reconocer los beneficios de los acuerdos que se hagan. 10. Buscar recursos y herramientas que me permitan seguirme preparando para ejercer la crianza parental de forma eficaz y con resultados positivos <p>He firmado este documento y me comprometo a cumplir y llevar a cabo todos los puntos descritos en este documento con el objetivo de promover y establecer un vínculo afectivo saludable y asertivo con mi hija o hijo</p> <p style="text-align: center;">_____ (Nombre)</p>	
<p>30 minutos</p>	<p>Post test Encuesta de satisfacción</p>	<p>Obtener información para análisis post intervención</p>	<p>Los participantes responderán el test final del taller. La liga estará contenida en la presentación de diapositivas en forma de código QR Y la encuesta de satisfacción relacionada al taller.</p>	<p>Dispositivo electrónico Presentación de PowerPoint: https://onedrive.live.com/redir?resid=3A96C7F57CC9BD2!4216&authkey=!AFRG</p>

				SkFxAOpZ6Qw&ithint=file%2cpptx&e=9VvWT4
15 minutos	Experiencias	Lo participantes que gusten compartirán experiencias	Se solicitará a los participantes que compartan algunas experiencias a raíz del taller y cómo ha sido la convivencia en las últimas tres semanas. Respondiendo también ¿Qué me llevo de aprendizaje? Y ¿Qué he puesto en práctica?	Dispositivo electrónico

Anexo 7. Registro de Participantes con consentimiento informado.

Enlace: <https://forms.gle/K5d3Y39L2WW14za96>

Preguntas Respuestas 17 Configuración

Sección 1 de 3

Registro de participantes para el taller
“Fortaleciendo el vínculo afectivo: Mejora la convivencia en las infancias a través de la crianza democrática”

Este registro es para conocer los datos personales de las y los participantes interesados en conocer técnicas que les permitan fortalecer el vínculo afectivo con sus hijos e hijas a través de la crianza democrática.

Título de la imagen



Consentimiento Informado

Por este medio se les invita a contestar el siguiente cuestionario que forma parte de la investigación psicológica titulada **“Fortaleciendo el vínculo afectivo: Mejora la convivencia en las infancias a través de la crianza democrática”** la cual será **realizada por Tania Carpinteyro Rodríguez y Alfredo Rodríguez Ramos** de la Facultad de Estudios Superiores de Iztacala de la Universidad Nacional Autónoma de México, cuya investigación es responsable la **Dra. Lorena Alejandra Flores Plata**.

El propósito del presente aviso es recabar información sobre los datos de contacto para el taller que se llevará a cabo del 29 de agosto al 14 de septiembre del 2023, los días martes y jueves en el horario de 19:30 a 21:00 horas tiempo de CDMX con un total de 6 sesiones.

Al respecto los invitamos a considerar:

1. Su colaboración es totalmente voluntaria.

2. **Puede negarse** a participar si así lo desea.
3. Si decide participar, **se encuentra en total libertad de retirarse en cualquier momento.**
4. **No habrá consecuencias** negativas de ninguna índole para usted o para el equipo de investigación si decide no participar.
5. **La información** recopilada **es totalmente confidencial**, únicamente tiene fines académicos y de investigación.
6. **Los resultados podrán documentarse** en publicaciones científicas, **manteniendo** la más estricta **confidencialidad** en lo referente a su identidad personal.
7. Responder este cuestionario y participar en las sesiones **podría suponer algunas incomodidades por el tiempo y la atención requerida.**
8. Durante las sesiones **se harán preguntas relacionadas a aspectos susceptibles de temas de salud mental.**

Le invitamos a que finalice el cuestionario, su participación es muy valiosa para el futuro desarrollo de las intervenciones psicológicas en el tema.

Para participar en la investigación, es necesario que cuente con los siguientes recursos:

1. Equipo de cómputo o teléfono inteligente con conexión a internet.
2. Acceso a un punto de acceso WI-FI con señal estable.
3. Instalar la aplicación ZOOM para videoconferencias en su equipo.
4. Tener WhatsApp para poder enviarle información relacionada con el taller.

Además, considere para el mejor desarrollo de su participación en las sesiones:

1. **Mantener encendida su cámara en todo momento.**
2. Estar en un lugar donde se encuentre **libre de distracciones**, iluminado, ventilado, con hidratación cerca (agua).
3. Verificar que su dispositivo esté en un **lugar fijo y plano**, procurando que la **batería esté cargada.**
4. Evitar el uso de otros dispositivos.
5. **Revisar el audio de su dispositivo.**
6. **Que su rostro se pueda ver con claridad.**

Si tiene alguna duda, en cualquier momento puede contactar a la responsable principal de esta investigación a través del correo: lorena.flores@iztacala.unam.mx.

AVISO DE PRIVACIDAD INTEGRAL de La Facultad de Estudios Superiores Iztacala (FESI) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), con domicilio en: Avenida de los Barrios No. 1, colonia Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla de Baz, Estado de México, C.P. 54090,

https://www.iztacala.unam.mx/documentos/API_FESI_01abr2022.pdf

Anexo 8 . Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza (Parenting Styles and Dimension Questionnaire).

INSTRUMENTO PSDQ ADAPTADO “Parenting Style and Dimension Questionnaire”,
realizado por Robinson y cols. (1995).

Parenting Styles and Dimension Questionnaire. (Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza).

Este cuestionario mide con qué frecuencia y de qué modo usted actúa con su niño/a.

Instrucciones:

Por favor, lea cada frase del cuestionario y piense: con qué frecuencia usted actúa de este modo, y ponga su respuesta al lado izquierdo de la frase:

Actúo de esta manera:

1: Nunca // 2: De vez en cuando // 3: Casi la mitad del tiempo // 4: Muy seguido // 5: Siempre

- ___ 1. Animo a mi hijo/a hablar sobre sus problemas.
- ___ 2. Disciplino a mi hijo/a con castigos más que por la razón.
- ___ 3. Conozco los nombres de los/as amigos/as de mi hijo/a.
- ___ 4. Considero que es difícil disciplinar a mi hijo/a.
- ___ 5. Felicito a mi hijo/a cuando se porta bien.
- ___ 6. Le pego en las nalgas a mi hijo/a cuando es desobediente.
- ___ 7. Bromeo y juego con mi hijo/a.
- ___ 8. Evito regañar y/o criticar a mi hijo/a, aun cuando no se comporta de la forma que deseo.
- ___ 9. Soy cariñoso/a cuando mi hijo/a se encuentra herido/a o frustrado/a.
- ___ 10. Castigo a mi hijo/a quitándole privilegios sin darle explicaciones.
- ___ 11. Consiento a mi hijo/a.
- ___ 12. Apoyo y entiendo a mi hijo/a cuando está enojado/a, molesto/a.

- ___ 13. Le grito a mi hijo/a cuando se porta mal.
- ___ 14. Me comporto de forma tranquila y relajada con mi hijo/a.
- ___ 15. Permito que mi hijo/a moleste a otras personas.
- ___ 16. Comunico a mi hijo/a lo que espero de él/ella con respecto a su comportamiento antes de realizar una actividad.
- ___ 17. Regaño y critico a mi hijo/a para lograr que mejore.
- ___ 18. Muestro paciencia con mi hijo/a.
- ___ 19. Aprieto con fuerza a mi hijo/a cuando está siendo desobediente.

Actúo de esta manera:

1: Nunca // 2: De vez en cuando // 3: Casi la mitad del tiempo // 4: Muy seguido // 5:

Siempre

- ___ 20. Doy castigos a mi hijo y después no los llevo a cabo.
- ___ 21. Respondo a los sentimientos y necesidades de mi hijo/a.
- ___ 22. Permito que mi hijo/a dé su opinión con respecto a las reglas familiares.
- ___ 23. Discuto o regaño con mi hijo/a.
- ___ 24. Tengo confianza en mis habilidades para criar a mi hijo/a.
- ___ 25. Explico a mi hijo/a las razones por las cuales las reglas deben ser obedecidas.
- ___ 26. Parezco estar más preocupada/o de mis propios sentimientos que de los sentimientos de mi hijo/a.
- ___ 27. Le digo a mi hijo/a que valoro sus intentos y sus logros.
- ___ 28. Castigo a mi hijo/a dejándolo solo/a en alguna parte sin darle antes una explicación.
- ___ 29. Ayudo a mi hijo/a entender el efecto de su comportamiento, animándolo/a hablar de las consecuencias de sus acciones.

- ___ 30. Temo que disciplinar a mi hijo/a cuando se porte mal hará que no me quiera.
- ___ 31. Considero los deseos de mi hijo/a antes de decirle que haga algo.
- ___ 32. Me enojo con mi hijo/a.
- ___ 33. Conozco los problemas o preocupaciones de mi hijo/a en la escuela.
- ___ 34. Amenazo con castigar a mi hijo/a frecuentemente en vez de hacerlo de verdad.
- ___ 35. Le muestro cariño a mi hijo/a con besos y abrazos.
- ___ 36. No tomo en cuenta la mala conducta de mi hijo/a.
- ___ 37. Uso el castigo físico con mi hijo/a como una forma de disciplina.
- ___ 38. Disciplino a mi hijo/a luego de alguna mala conducta.
- ___ 39. Me disculpo con mi hijo/a cuando me equivoco en su crianza.
- ___ 40. Le digo a mi hijo/a qué hacer.
- ___ 41. Cedo cuando mi hijo/a hace un escándalo por algo.
- ___ 42. Converso con mi hijo/a cuando se porta mal.
- ___ 43. Le pego una cachetada a mi hijo/a cuando se porta mal.
- ___ 44. No estoy de acuerdo con mi hijo/a.
- ___ 45. Permito que mi hijo/a interrumpa a los demás.
- ___ 46. Comparto momentos agradables y cariñosos con mi hijo/a.
- ___ 47. Cuando dos niños/as se están peleando, primero los/as castigo y después les pregunto por qué lo hicieron.

Actúo de esta manera:

1 Nunca // 2 De vez en cuando // 3 Casi la mitad del tiempo // 4 Muy seguido // 5 Siempre

- ___ 48. Motivo a mi hijo/a para que se exprese libremente, incluso cuando no esté de acuerdo conmigo.
- ___ 49. Le ofrezco recompensas a mi hijo/a para que cumpla con lo que le pido.

- ___ 50. Reto o critico a mi hijo/a cuando su comportamiento no cumple con lo que espero de él/ella.
- ___ 51. Soy respetuoso/a con las opiniones de mi hijo/a motivándolo/a para que las exprese.
- ___ 52. Establezco reglas estrictas para mi hijo/a.
- ___ 53. Le explico a mi hijo/a cómo me siento cuando se porta bien o mal.
- ___ 54. Amenazo a mi hijo/a con castigarlo/a sin justificación alguna.
- ___ 55. Considero las preferencias de mi hijo cuando hacemos planes en familia.
- ___ 56. Cuando mi hijo/a pregunta por qué tiene que conformarse con algo, le digo: “porque yo lo digo”, o “porque soy tu padre/madre”.
- ___ 57. Me muestro inseguro/a sobre cómo resolver los problemas de mala conducta de mi hijo/a.
- ___ 58. Le explico a mi hijo/a las consecuencias de su comportamiento.
- ___ 59. Le exijo a mi hijo/a que haga determinadas cosas o actividades.
- ___ 60. Conduzco la mala conducta de mi hijo/a hacia una actividad más adecuada.
- ___ 61. Tironeo a mi hijo/a cuando desobedece.
- ___ 62. Insisto en las razones o motivos de las reglas.

Por favor, marque con una X, responda y/o destaque:

1. ¿Quién contestó este cuestionario? Madre___ Padre___ Edad___ años

2. ¿Quién estudia en este curso? Mi hijo___ Mi hija___ Edad___ años

Curso _____

Anexo 9. Escala de Parentalidad Positiva 6 a 7 años



Escala de Parentalidad Positiva (E2P)

4-7 años

I. Datos de quien contesta:

NOMBRE: _____ EDAD: _____ años
 SEXO: (M) (F) ESCOLARIDAD: (a) Sin escolaridad (b) Básica (c) Media (d) Técnico (e) Universitaria
 Ingreso Familiar Total (al mes): \$ _____ OCUPACIÓN (en qué trabaja): _____
 ESTADO CIVIL: () soltero/a () casado () divorciado () viudo/a NACIONALIDAD: _____
 ¿Cuántas personas viven en su casa? Total: _____ Personas menores de 18 años: _____ ¿Cuántos hijos tiene?: _____

Sobre el niño/a respecto al cual contestará el cuestionario, por favor señale:

¿Cuál es su relación con el niño/a?: (a) padre (b) madre (c) abuelo/a (d) otro familiar (e) cuidador no familiar
 Nombre del Niño/a: _____ EDAD del Niño/a: _____ años _____ meses
 Sexo del Niño/a: (M) (F) Escolaridad actual: (a) Sala Cuna (b) Jardín Infantil (c) No asiste
 El niño/a, ¿tiene alguna discapacidad diagnosticada?: (NO) (SÍ) ¿Cuál?: _____
 El niño/a, ¿tiene algún problema emocional que le preocupe?: (NO) (SÍ) ¿Cuál?: _____

II. Instrucciones:

La *Escala de Parentalidad Positiva (E2P)* es un cuestionario muy sencillo que puede contestarlo cualquier adulto responsable de la crianza de un niño o niña. Su objetivo es identificar aquellas prácticas que usted usa al relacionarse con su hijo, hija, niño o niña a su cargo. Por favor asegúrese de entender muy bien estas instrucciones antes de continuar.

En el cuestionario se presentan una serie de frases que describen situaciones habituales de crianza. Frente a cada afirmación se le pide escoger entre 4 opciones: **Casi Nunca**, **A veces**, **Casi Siempre** y **Siempre**. Si la afirmación es muy poco cierta o casi nunca ocurre, entonces marque la letra **"C/N"** (*Casi Nunca*). Si describe algo parcialmente cierto o que ocurre solo a veces, marque la letra **"A/V"** (*A veces*). Si es una situación bastante más cierta o habitual, entonces marque la letra **"C/S"** (*Casi Siempre*). Y si la afirmación describe algo totalmente cierto o que ocurre todo el tiempo, entonces marque la letra **"S"** (*Siempre*). Existe una opción adicional en algunas frases, de **"No Aplica"**, que se marca si su hijo/a no asiste a Sala Cuna o Jardín Infantil.

✓ Por ejemplo: si durante los últimos seis meses la afirmación: *"Con mi hijo/a jugamos en las tardes"* es algo que casi nunca realizan, entonces marque la opción **"C/N"**; y si durante los últimos seis meses la afirmación: *"Converso con mi hijo/a sobre sus preocupaciones"* describe algo que ocurre sólo a veces, entonces marque la opción **"A/V"**.

Si usted no es el padre o madre del niño/a, asuma que donde dice "hijo" o "hija" se refiere al niño, niña o adolescente que usted está criando o cuidando. **Recuerde marcar una sola opción en cada afirmación. Conteste todas las preguntas del cuestionario. Por favor, conteste con la mayor sinceridad posible.** No hay respuestas correctas o incorrectas; por ello, escoja la respuesta que mejor refleje su realidad.

<i>Durante los últimos 3 meses, en la crianza de mi hijo o hija yo...</i>		Casi Nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre
1.	Me hago el tiempo para jugar, dibujar y hacer otras cosas con mi hijo/a	C/N	A/V	C/S	S
2.	Con mi hijo/a, cantamos o bailamos juntos/as	C/N	A/V	C/S	S
3.	Con mi hijo/a, vemos juntos programas de TV o películas apropiadas a su edad	C/N	A/V	C/S	S
4.	Cuando mi hijo/a está irritable, puedo identificar las causas (<i>ej.: me doy cuenta si está mal genio porque está enfermo, extraña a su abuelo o tuvo un día "difícil" en el colegio</i>)	C/N	A/V	C/S	S
5.	Ayudo a mi hijo/a, a que reconozca sus emociones y les ponga nombre (<i>ej., le digo "eso que sientes es miedo", "tienes rabia", "te ves con pena"</i>)	C/N	A/V	C/S	S
6.	Reservo un momento exclusivo del día para compartir con mi hijo/a (<i>ej., le leo un cuento antes de dormir</i>)	C/N	A/V	C/S	S
7.	Mi hijo/a y yo conversamos de los temas que a él o ella le interesan (<i>ej., le pregunto por sus amigos del colegio o sus series de televisión</i>)	C/N	A/V	C/S	S
8.	Logro ponerme en el lugar de mi hijo/a (<i>ej., entiendo su pena cuando pierde un juguete muy querido; ej.: en una discusión entiendo su punto de vista</i>)	C/N	A/V	C/S	S
9.	Cuando mi hijo/a está estresado, me busca para que lo ayude a calmarse (<i>ej., cuando está enfermo o ha tenido un problema en el colegio</i>)	C/N	A/V	C/S	S
10.	Cuando mi hijo/a pide mi atención, respondo pronto, en poco tiempo	C/N	A/V	C/S	S
11.	Con mi hijo/a, nos reímos juntos de cosas divertidas	C/N	A/V	C/S	S
12.	Cuando mi hijo/a llora o se enoja, logro calmarlo/a en poco tiempo	C/N	A/V	C/S	S
13.	Mi hijo/a y yo jugamos juntos (<i>ej., a las escondidas, deportes, legos, videojuegos...</i>)	C/N	A/V	C/S	S
14.	Le demuestro explícitamente mi cariño a mi hijo/a (<i>ej., le digo "hijo/a, te quiero mucho" o le doy besos y abrazos</i>)	C/N	A/V	C/S	S
15.	Cuando mi hijo/a no entiende una idea, encuentro otra manera de explicársela y que me comprenda (<i>ej., le doy ejemplos de cosas que conoce, se lo explico usando sus juguetes</i>)	C/N	A/V	C/S	S
16.	Hablo con mi hijo/a sobre sus errores o faltas (<i>ej., cuando miente, trata mal a otro, o toma algo prestado sin permiso</i>)	C/N	A/V	C/S	S
17.	Converso con mi hijo/a algún tema o acontecimiento del día, para que aprenda (<i>ej., la visita de los familiares o una salida que hicimos o lo que está aprendiendo en el colegio</i>)	C/N	A/V	C/S	S
18.	Le explico cuáles son las normas y límites que deben respetarse (<i>ej., horario de acostarse, horario de hacer tareas escolares</i>)	C/N	A/V	C/S	S
19.	Le explico que las personas pueden equivocarse	C/N	A/V	C/S	S
20.	Me disculpo con mi hijo/a cuando me equivoco (<i>ej., si le he gritado o me he demorado mucho en responderle</i>)	C/N	A/V	C/S	S

21.	Lo acompaño a encontrar una solución a sus problemas por sí mismo/a (ej, le doy "pistas" para que tenga éxito en una tarea, sin darle la solución)		C/N	A/V	C/S	S
22.	Lo motivo a tomar sus propias decisiones, ofreciéndole alternativas de acuerdo a su edad (ej, elegir su ropa o qué película quiere ver)		C/N	A/V	C/S	S
23.	En casa, logro que mi hijo/a respete y cumpla la rutina diaria (ej, horario de televisión, horario de acostarse, horario de comida)		C/N	A/V	C/S	S
24.	Cuando se porta mal, mi hijo/a y yo buscamos juntos formas positivas de reparar el error (ej, pedir disculpas o ayudar a ordenar)		C/N	A/V	C/S	S
25.	Le enseño a mi hijo/a cómo debe comportarse en la calle, reuniones, cumpleaños...		C/N	A/V	C/S	S
26.	Le explico cómo espero que se comporte antes de salir de casa (ej, ir a comprar a la feria, "esta vez no me pidas juguetes", "no te alejes de mí en la calle")		C/N	A/V	C/S	S
27.	Me relaciono con los amiguitos, primitos o vecinitos actuales de mi hijo/a (ej, converso con ellos/ellas en un cumpleaños, o cuando vienen de visita)		C/N	A/V	C/S	S
28.	Me relaciono con las familias de los amiguitos, primitos o vecinitos actuales de mi hijo/a		C/N	A/V	C/S	S
29.	Me mantengo informado/a de lo que mi hijo/a realiza en la escuela o jardín infantil (ej, pregunto a la profesora o a otro apoderado)	NO APLICA	C/N	A/V	C/S	S
30.	Asisto a las reuniones de apoderados en la escuela o jardín infantil	NO APLICA	C/N	A/V	C/S	S
31.	Cuando no estoy con mi hijo/a, estoy seguro/a que el adulto o los adultos que lo cuidan lo tratan bien		C/N	A/V	C/S	S
32.	Le enseño a mi hijo/a a reconocer en qué personas se puede confiar (ej, a quién abrirle la puerta y a quién no, que nadie puede tocarle sus partes íntimas)		C/N	A/V	C/S	S
33.	Cuando la crianza se me hace difícil, busco ayuda de mis amigos o familiares (ej, cuando está enfermo/a y tengo que ir al colegio, cuando me siento sobrepasada)		C/N	A/V	C/S	S
34.	Averiguo y utilizo los recursos o servicios que hay en mi comuna para apoyarme en la crianza (ej, el Consultorio, la Municipalidad, los beneficios del Chile Crece Contigo)		C/N	A/V	C/S	S
35.	Si tengo dudas sobre un tema de crianza, pido consejos, orientación y ayuda		C/N	A/V	C/S	S
36.	En casa, mi hijo/a utiliza juguetes u objetos que estimulan su aprendizaje de acuerdo a su edad (ej, pinturas, rompecabezas, juegos de ingenio, etc.)		C/N	A/V	C/S	S
37.	En casa, mi hijo/a lee (o intenta leer) libros y cuentos apropiados para su edad		C/N	A/V	C/S	S
38.	Superviso la higiene y cuidado que necesita (ej, lavarse los dientes, bañarse, vestirse)		C/N	A/V	C/S	S
39.	Mi hijo/a puede usar un espacio especial de la casa, para jugar y distraerse (ej, ver sus cuentos, armar sus rompecabezas, pintar, etc.)		C/N	A/V	C/S	S
40.	En casa, logro armar una rutina para organizar el día de mi hijo/a		C/N	A/V	C/S	S

41.	Logro que mi hijo/a se alimente de forma balanceada para su edad (ej. que coma verduras, frutas, leche, etc.)	C/N	A/V	C/S	S
42.	Mi hijo/a anda limpio y bien aseado	C/N	A/V	C/S	S
43.	Llevo a mi hijo/a a controles preventivos de salud (ej. sus vacunas, control sano, etc.)	C/N	A/V	C/S	S
44.	La crianza me ha dejado tiempo para disfrutar de otras cosas que me gustan (ej. juntarme con mis amigas, ver películas)	C/N	A/V	C/S	S
45.	Dedico tiempo a pensar cómo apoyarlo/a en los desafíos propios de su edad (ej. decidir llevarlo al parque para que desarrolle su destreza física, o a cumpleaños para que tenga amigos)	C/N	A/V	C/S	S
46.	Antes de relacionarme con mi hijo/a, me limpio de rabias, penas o frustraciones (ej. respiro hondo antes de entrar a casa)	C/N	A/V	C/S	S
47.	Reflexiono sobre cómo superar las dificultades de relación que pueda tener con mi hijo/a	C/N	A/V	C/S	S
48.	He logrado mantener un clima familiar bueno para el desarrollo de mi hijo/a (ej. las discusiones no son frente al niño/a; hay tiempo como familia para disfrutar y reírnos)	C/N	A/V	C/S	S
49.	Me doy espacios para mí mismo/a, distintos de la crianza (ej. participar de una liga de fútbol, grupos de baile, etc.)	C/N	A/V	C/S	S
50.	Siento que tengo tiempo para descansar	C/N	A/V	C/S	S
51.	Dedico tiempo a evaluar y pensar sobre cómo se está desarrollando mi hijo/a (ej. si habla de acuerdo a su edad, si su estatura y peso está normal, etc.)	C/N	A/V	C/S	S
52.	Siento que he logrado mantener una buena salud mental (ej. me siento contenta/o, me gusta cómo me veo)	C/N	A/V	C/S	S
53.	Me he asegurado de que mi vida personal no dañe a mi hijo/a (ej. si tengo peleas con mi pareja son en privado, no delante de mi hijo)	C/N	A/V	C/S	S
54.	Logro anticipar los momentos difíciles que vendrán en la crianza, y me preparo con tiempo (ej. me informo de cómo apoyarlo en su ingreso al colegio, etc.)	C/N	A/V	C/S	S

OBSERVACIONES:

Autoría de la Escala E2P: Esteban Gómez Muzzio & Magdalena Muñoz Quinteros, Fundación Ideas para la Infancia, 2013.

Nota: la Escala de Parentalidad Positiva E2P puede ser usada **gratuitamente** por todo profesional o institución que lo requiera, reconociendo debidamente los derechos de autor. Cualquier consulta, escribir al mail fundacion@ideasparalainfancia.com o mediante la página web www.ideasparalainfancia.com

Anexo 10. Escala de Parentalidad Positiva 8-12 años



Escala de Parentalidad Positiva (E2P)

8-12 años

I. Datos de quien contesta:

NOMBRE: _____ EDAD: _____ años

SEXO: (M) (F) ESCOLARIDAD: (a) Sin escolaridad (b) Básica (c) Media (d) Técnico (e) Universitaria

Ingreso Familiar Total (al mes): \$ _____ OCUPACIÓN (en qué trabaja): _____

ESTADO CIVIL: () soltero/a () casado () divorciado () viudo/a NACIONALIDAD: _____

¿Cuántas personas viven en su casa? Total: _____ Personas menores de 18 años: _____ ¿Cuántos hijos tiene?: _____

Sobre el niño/a respecto al cual contestará el cuestionario, por favor señale:

¿Cuál es su relación con el niño/a?: (a) padre (b) madre (c) abuelo/a (d) otro familiar (e) cuidador no familiar

Nombre del Niño/a: _____ EDAD del Niño/a: _____ años _____ meses

Sexo del Niño/a: (M) (F) Escolaridad actual: (a) Sala Cuna (b) Jardín Infantil (c) No asiste

El niño/a, ¿tiene alguna discapacidad diagnosticada?: (NO) (SÍ) ¿Cuál?: _____

El niño/a, ¿tiene algún problema emocional que le preocupe?: (NO) (SÍ) ¿Cuál?: _____

II. Instrucciones:

La *Escala de Parentalidad Positiva (E2P)* es un cuestionario muy sencillo que puede contestarlo cualquier adulto responsable de la crianza de un niño o niña. Su objetivo es identificar aquellas prácticas que usted usa al relacionarse con su hijo, hija, niño o niña a su cargo. Por favor asegúrese de entender muy bien estas instrucciones antes de continuar.

En el cuestionario se presentan una serie de frases que describen situaciones habituales de crianza. Frente a cada afirmación se le pide escoger entre 4 opciones: **Casi Nunca**, **A veces**, **Casi Siempre** y **Siempre**. Si la afirmación es muy poco cierta o casi nunca ocurre, entonces marque la letra "**C/N**" (*Casi Nunca*). Si describe algo parcialmente cierto o que ocurre solo a veces, marque la letra "**A/V**" (*A veces*). Si es una situación bastante más cierta o habitual, entonces marque la letra "**C/S**" (*Casi Siempre*). Y si la afirmación describe algo totalmente cierto o que ocurre todo el tiempo, entonces marque la letra "**S**" (*Siempre*).

✓ Por ejemplo: si durante los últimos seis meses la afirmación: "*Con mi hijo/a jugamos en las tardes*" es algo que casi nunca realizan, entonces marque la opción "**C/N**"; y si durante los últimos seis meses la afirmación: "*Converso con mi hijo/a sobre sus preocupaciones*" describe algo que ocurre sólo a veces, entonces marque la opción "**A/V**".

Si usted no es el padre o madre del niño/a, asuma que donde dice "hijo" o "hija" se refiere al niño, niña o adolescente que usted está criando o cuidando. **Recuerde marcar una sola opción en cada afirmación. Conteste todas las preguntas del cuestionario. Por favor, conteste con la mayor sinceridad posible.** No hay respuestas correctas o incorrectas; por ello, escoja la respuesta que mejor refleje su realidad.

<i>Durante los últimos 3 meses, en la crianza de mi hijo o hija yo...</i>		Casi Nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre
1.	Mi hijo/a y yo nos hacemos el tiempo para salir y hacer cosas juntos	C/N	A/V	C/S	S
2.	Con mi hijo/a, cantamos o bailamos juntos/as	C/N	A/V	C/S	S
3.	Con mi hijo/a, vemos juntos programas de TV o películas apropiadas a su edad	C/N	A/V	C/S	S
4.	Cuando mi hijo/a está irritable, puedo identificar las causas (ej.: <i>me doy cuenta si está mal genio porque tuvo un día "difícil" en el colegio</i>)	C/N	A/V	C/S	S
5.	Ayudo a mi hijo/a, a que reconozca sus emociones y les ponga nombre (ej., <i>le digo "eso que sientes es miedo", "tienes rabia", "te ves con pena"</i>)	C/N	A/V	C/S	S
6.	Reservo un momento exclusivo del día para compartir con mi hijo/a (ej., <i>le leo un cuento antes de dormir</i>)	C/N	A/V	C/S	S
7.	Mi hijo/a y yo conversamos de los temas que a él o ella le interesan (ej., <i>conversamos sobre sus amigos del colegio, sus series de televisión o sus cantantes favoritos</i>)	C/N	A/V	C/S	S
8.	Logro ponerme en el lugar de mi hijo/a (ej.: <i>en una discusión entiendo su punto de vista</i>)	C/N	A/V	C/S	S
9.	Cuando mi hijo/a está estresado, me busca para que lo ayude a calmarse (ej., <i>cuando está enfermo o ha tenido un problema en el colegio</i>)	C/N	A/V	C/S	S
10.	Cuando mi hijo/a pide mi atención, respondo pronto, en poco tiempo	C/N	A/V	C/S	S
11.	Con mi hijo/a, nos reímos juntos de cosas divertidas	C/N	A/V	C/S	S
12.	Cuando mi hijo/a llora o se enoja, lo ayudo a calmarse en poco tiempo	C/N	A/V	C/S	S
13.	Mi hijo/a y yo jugamos juntos (ej., <i>a deportes, videojuegos, juegos de mesa...</i>)	C/N	A/V	C/S	S
14.	Le demuestro explícitamente mi cariño a mi hijo/a (ej., <i>le digo "hijo/a, te quiero mucho" o le doy besos y abrazos</i>)	C/N	A/V	C/S	S
15.	Cuando mi hijo/a no entiende una idea, encuentro otra manera de explicársela y que me comprenda (ej., <i>le doy ejemplos de cosas que conoce</i>)	C/N	A/V	C/S	S
16.	Hablo con mi hijo/a sobre sus errores o faltas (ej., <i>cuando miente, trata mal a otro, o toma algo prestado sin permiso</i>)	C/N	A/V	C/S	S
17.	Converso con mi hijo/a algún tema o acontecimiento del día, para que aprenda (ej., <i>sobre alguna noticia importante, lo que está aprendiendo en el colegio</i>)	C/N	A/V	C/S	S
18.	Le explico cuáles son las normas y límites que deben respetarse (ej., <i>horario de acostarse, horario de hacer tareas escolares, responsabilidades en la casa, uso de internet</i>)	C/N	A/V	C/S	S
19.	Le explico que las personas pueden equivocarse	C/N	A/V	C/S	S
20.	Me disculpo con mi hijo/a cuando me equivoco (ej., <i>si le he gritado o no he cumplido una promesa</i>)	C/N	A/V	C/S	S

21.	Lo acompaño a encontrar una solución a sus problemas por sí mismo/a (ej, le doy "pistas" o le hago preguntas para que tenga éxito en una tarea, sin darle la solución)	C/N	A/V	C/S	S
22.	Lo motivo a tomar sus propias decisiones, ofreciéndole alternativas de acuerdo a su edad (ej, elegir su ropa o qué película quiere ver)	C/N	A/V	C/S	S
23.	En casa, logro que mi hijo/a respete y cumpla la rutina diaria (ej, horario de televisión, horario de acostarse, horario de comida)	C/N	A/V	C/S	S
24.	Cuando se porta mal, mi hijo/a y yo buscamos juntos formas positivas de reparar el error (ej, pedir disculpas, ordenar su pieza, ayudar a un hermano chico en las tareas)	C/N	A/V	C/S	S
25.	Le enseño a mi hijo/a cómo debe comportarse en la calle, reuniones, cumpleaños...	C/N	A/V	C/S	S
26.	Le explico cómo espero que se comporte antes de salir de casa (ej, ir a comprar a la feria, "esta vez no me pidas que te compre cosas", "no te alejes de mí en la calle")	C/N	A/V	C/S	S
27.	Me relaciono con los amiguitos, primitos o vecinitos actuales de mi hijo/a (ej, converso con ellas/ellos en un cumpleaños, o cuando vienen de visita)	C/N	A/V	C/S	S
28.	Me relaciono con las familias de los amigos, primos o vecinos actuales de mi hijo/a	C/N	A/V	C/S	S
29.	Me mantengo informado/a de lo que mi hijo/a realiza en la escuela (ej, pregunto a la profesora o a otro apoderado)	C/N	A/V	C/S	S
30.	Asisto a las reuniones de apoderados en la escuela	C/N	A/V	C/S	S
31.	Cuando no estoy con mi hijo/a, estoy seguro/a que el adulto o los adultos que lo cuidan lo tratan bien	C/N	A/V	C/S	S
32.	Le enseño a mi hijo/a a reconocer en qué personas se puede confiar (ej, a quién abrirle la puerta y a quién no, que nadie puede tocarle sus partes íntimas)	C/N	A/V	C/S	S
33.	Cuando la crianza se me hace difícil, busco ayuda de mis amigos o familiares (ej, cuando está enfermo/a y tengo que ir al colegio, cuando me siento sobrepasado)	C/N	A/V	C/S	S
34.	Averiguo y utilizo los recursos o servicios que hay en mi comuna para apoyarme en la crianza (ej, el Consultorio, la Municipalidad, los beneficios del Chile Crece Contigo)	C/N	A/V	C/S	S
35.	Si tengo dudas sobre un tema de crianza, pido consejos, orientación y ayuda	C/N	A/V	C/S	S
36.	En casa, mi hijo/a cuenta con materiales para estimular su aprendizaje acordes a su edad (ej, pinturas, instrumentos musicales, juegos de ingenio, etc.)	C/N	A/V	C/S	S
37.	En casa, mi hijo/a lee libros y cuentos apropiados para su edad	C/N	A/V	C/S	S
38.	Superviso la higiene y cuidado que necesita (ej, lavarse los dientes, bañarse, vestirse)	C/N	A/V	C/S	S
39.	Mi hijo/a puede usar un espacio especial de la casa, para jugar y distraerse	C/N	A/V	C/S	S
40.	En casa, logro armar una rutina para organizar el día de mi hijo/a	C/N	A/V	C/S	S

41.	Logro que mi hijo/a se alimente de forma balanceada para su edad (ej. que coma verduras, frutas, leche, etc.)	C/N	A/V	C/S	5
42.	Mi hijo/a anda limpio y bien aseado	C/N	A/V	C/S	5
43.	Llevo a mi hijo/a a controles preventivos de salud	C/N	A/V	C/S	5
44.	La crianza me ha dejado tiempo para disfrutar de otras cosas que me gustan (ej. juntarme con mis amigos, ver películas)	C/N	A/V	C/S	5
45.	Dedico tiempo a pensar cómo apoyarlo/a en los desafíos propios de su edad (ej. cómo apoyarlo si tiene problemas de aprendizaje en la escuela, o si le cuesta hacer amigos)	C/N	A/V	C/S	5
46.	Antes de relacionarme con mi hijo/a, me limpio de rabias, penas o frustraciones (ej. respiro hondo antes de entrar a casa)	C/N	A/V	C/S	5
47.	Reflexiono sobre cómo superar las dificultades de relación que pueda tener con mi hijo/a	C/N	A/V	C/S	5
48.	He logrado mantener un clima familiar bueno para el desarrollo de mi hijo/a (ej. las discusiones no son frente al niño/a; hay tiempo como familia para disfrutar y reírnos)	C/N	A/V	C/S	5
49.	Me doy espacios para mí mismo/a, distintos de la crianza (ej. participar de una liga de fútbol, grupos de baile, etc.)	C/N	A/V	C/S	5
50.	Siento que tengo tiempo para descansar	C/N	A/V	C/S	5
51.	Dedico tiempo a evaluar y pensar sobre cómo se está desarrollando mi hijo/a (ej. si está aprendiendo en el colegio lo que se espera para su edad, si su estatura y peso está normal, etc.)	C/N	A/V	C/S	5
52.	Siento que he logrado mantener una buena salud mental (ej. me siento contento/a, me gusta cómo me veo)	C/N	A/V	C/S	5
53.	Me he asegurado de que mi vida personal no dañe a mi hijo/a (ej. si tengo peleas con mi pareja son en privado, no delante de mi hijo)	C/N	A/V	C/S	5
54.	Logro anticipar los momentos difíciles que vendrán en la crianza, y me preparo con tiempo (ej. me informo de cómo ayudarlo en su desarrollo sexual, etc.)	C/N	A/V	C/S	5

OBSERVACIONES:

Autoría de la Escala E2P: Esteban Gómez Muzzio & Magdalena Muñoz Quinteros, Fundación Ideas para la Infancia, 2013.

Nota: la Escala de Parentalidad Positiva E2P puede ser usada **gratuitamente** por todo profesional o institución que lo requiera, reconociendo debidamente los derechos de autor. Cualquier consulta, escribir al mail fundacion@ideasparalainfancia.com o mediante la página web www.ideasparalainfancia.com

Anexo 11. Formulario Pretest con las escalas de valoración.

Enlace: <https://forms.gle/4X3qgWrL7P9b9k5D9>

Escalas del Taller "Fortaleciendo el vínculo afectivo: Mejora la convivencia: ☆

Preguntas Respuestas **14** Configuración

Escalas del Taller "Fortaleciendo el vínculo afectivo: Mejora la convivencia en las infancias a través de la crianza democrática"

El objetivo de este formulario es conocer el estilo de crianza que ejercen en su entorno familiar e identificar aquellas prácticas que usted usa al relacionarse con su hijo, hija, niño o niña a su cargo. Así mismo, algunos datos sociodemográficos complementarios al registro de participantes que previamente debió haber contestado.

Le pedimos considerar que el tiempo que puede tomarle **contestar las 116 preguntas** que se encuentran en este formulario, le tomará aproximadamente **20 minutos**.

Si usted contestará el formulario en su teléfono celular, le sugerimos contestar con el aparato de forma vertical para mayor facilidad en la identificación y visualización de las respuestas.



En la pregunta del **Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza** encontrará algunas frases con opciones que van de la siguiente forma:

Actúe de esta manera:
1: Nunca // 2: De vez en cuando // 3: Casi la mitad del tiempo // 4: Muy seguido // 5: Siempre

En la **Escala de Parentalidad Positiva** son frases que describen situaciones habituales de crianza. Frente a cada afirmación se le pide escoger entre 4 opciones:
Casi Nunca, A veces, Casi Siempre, Siempre

Anexo 12. Formulario Post Test. Escalas de valoración

Enlace: <https://forms.gle/noYkYurCSXVMtHtw5>

Post Test del Taller "Fortaleciendo el vínculo afectivo: Mejora la convivencia"  

Preguntas Respuestas **8** Configuración

Sección 1 de 9

Post Test del Taller "Fortaleciendo el vínculo afectivo: Mejora la convivencia en las infancias a través de la crianza democrática"

El objetivo de este formulario es conocer si se presenta un cambio en el estilo de crianza que ejercen en su entorno familiar a partir del taller concluido e identificar aquellas prácticas que se modificaron al relacionarse con su hijo, hija, niño o niña a su cargo.

Le pedimos considerar que el tiempo que puede tomarle **contestar las 116 preguntas** que se encuentran en este formulario, le tomará aproximadamente **20 minutos**.

Si usted contestará el formulario en su teléfono celular, le sugerimos contestar con el aparato de forma vertical para mayor facilidad en la identificación y visualización de las respuestas.

En la pregunta del **Cuestionario de Dimensión y Estilos de Crianza** encontrará algunas frases con opciones que van de la siguiente forma:

Actúe de esta manera:

1: Nunca // 2: De vez en cuando // 3: Casi la mitad del tiempo // 4: Muy seguido // 5: Siempre

En la **Escala de Parentalidad Positiva** son frases que describen situaciones habituales de crianza. Frente a cada afirmación se le pide escoger entre 4 opciones: