



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO

**PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización
parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Intervención Psicológica

AUTORA:

Hidalgo Jara, Yessica (orcid.org/0009-0008-3189-8518)

ASESORAS:

Dra. García Flores, Lizzeth Aimée (orcid.org/0000-0002-1975-2582)

Dra. Martínez Asmad, Giovanini María (orcid.org/0000-0002-3151-2557)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Modelos de Intervención Psicológica

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de salud, nutrición y salud alimentaria.

TRUJILLO – PERÚ

2024



Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, GARCÍA FLORES LIZZETH AIMÉE, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis titulada: "Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco", cuyo autor es HIDALGO JARA YESSICA, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 16%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 07 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
GARCÍA FLORES LIZZETH AIMÉE DNI: 43015623 ORCID: 0000-0002-1975-2582	Firmado electrónicamente por: LGARCIAFL19 el 30- 07-2024 13:32:06

Código documento Trilce: TRI - 0801017



**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, HIDALGO JARA YESSICA estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO del programa de MAESTRÍA EN INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
HIDALGO JARA YESSICA DNI: 42894612 ORCID: 0009-0008-3189-8518	Firmado electrónicamente por: HHIDALGOJA el 10-07- 2024 21:32:40

Código documento Trilce: INV - 1714576

Dedicatoria

A mis padres, por su amor, por decirme lo orgullosos que los hago sentir. Mamá, eres la sal de mi vida, eres indispensable en mi camino.

A mis hermanos y sobrinos; espero ser un ejemplo de lo que se puede lograr con esfuerzo, dedicación y el apoyo de las personas que nos aman.

A mi compañero de vida, mi esposo, por su amor incondicional, impulso y apoyo constante.

Agradecimiento

A Dios, por abrirme caminos y permitir rodearme de personas que han aportado en mi crecimiento personal y profesional; por el entendimiento y darme las inconmensurables bendiciones al ejercer mi profesión.

A la institución educativa, por la oportunidad para aplicar mi investigación, a los adolescentes por la confianza y su compromiso ante el proyecto; y a sus padres, por el interés en mejorar el bienestar de sus hijos.

A mi asesora, por sus enseñanzas, exigencias y dedicación al trabajo que cada uno realiza.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Declaratoria de autenticidad de asesora.....	ii
Declaratoria de originalidad de autora.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Índice de contenidos.....	vi
Índice de tablas.....	vii
Resumen.....	viii
Abstract.....	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. METODOLOGÍA.....	17
III. RESULTADOS.....	21
IV. DISCUSIÓN.....	34
V. CONCLUSIONES.....	39
VI. RECOMENDACIONES.....	40
REFERENCIAS.....	41
ANEXOS.....	47

Índice de tablas

Tabla 1	Eficacia del programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.....	21
Tabla 2	Análisis descriptivo de las estrategias de disciplina positiva..	23
Tabla 3	Prueba no paramétrica de diferencia de medianas para muestras relacionadas de disciplina positiva	24
Tabla 4	Eficacia del programa en las estrategias de socialización parental (aceptación/implicación y coerción/imposición).....	25
Tabla 5	Prueba no paramétrica de diferencias de medianas de pre y pos test en coerción/imposición	26
Tabla 6	Análisis descriptivo de los estilos parentales	27
Tabla 7	Eficacia del programa en la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal.....	28
Tabla 8	Análisis descriptivo de inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal	29
Tabla 9	Análisis descriptivo de dimensión adaptabilidad	30
Tabla 10	Diferencia de medianas pre y post test adaptabilidad.....	31
Tabla 11	Análisis descriptivo de dimensión manejo del estrés	32
Tabla 12	Eficacia del programa en la gestión efectiva del estrés y la tensión en la vida cotidiana.....	33

Resumen

El presente estudio se alineó con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 3, que busca garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades. El objetivo del estudio fue evaluar la efectividad de un programa de entrenamiento en disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes de Huánuco. Se realizó una investigación aplicada experimental, con un enfoque cuantitativo y diseño preexperimental. La muestra incluyó 25 participantes de 12 a 18 años de ambos sexos, seleccionados intencionalmente, siguiendo criterios específicos de inclusión y exclusión. Los resultados indicaron que la aplicación del programa tuvo una eficacia favorable en la percepción de los adolescentes: un gran porcentaje mejoró en la percepción de estrategias de disciplina positiva, las madres pasaron de ser percibidas como autoritarias a autoritativas y los padres redujeron comportamientos autoritarios percibidos. Además, la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal de los adolescentes aumentó significativamente, el 56% mejoró su adaptabilidad y también se observó una mejora notable en el control del estrés. En conclusión, la intervención del programa fue eficaz en mejorar la disciplina positiva, la socialización parental, la inteligencia emocional, la adaptabilidad y la gestión del estrés de los adolescentes.

Palabras clave: Disciplina positiva, socialización parental, inteligencia emocional, adolescentes.

Abstract

The present study aligned with Sustainable Development Goal (SDG) 3, which seeks to ensure healthy lives and promote well-being for all at all ages. The aim of the study was to evaluate the effectiveness of a training program in positive discipline, parental socialization, and emotional intelligence in adolescents from Huánuco. Applied experimental research was conducted, with a quantitative approach and a pre-experimental design. The sample included 25 participants aged 12 to 18 years of both sexes, intentionally selected following specific inclusion and exclusion criteria. The results indicated that the implementation of the program had a favorable effectiveness in the adolescents' perception: a large percentage improved their perception of positive discipline strategies, mothers went from being perceived as authoritarian to authoritative, and fathers reduced perceived authoritarian behaviors. Furthermore, the adolescents' intrapersonal and interpersonal emotional intelligence significantly increased, 56% improved their adaptability, and a notable improvement in stress control was also observed.

In conclusion, the program intervention was effective in improving positive discipline, parental socialization, emotional intelligence, adaptability, and stress management in adolescents.

Keywords: Positive discipline, parental socialization, emotional intelligence, adolescents.

I. INTRODUCCIÓN

La disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes adquirió una relevancia significativa en la investigación en los últimos años, han sido investigados debido a su impacto directo en el desarrollo socioemocional que sugerían que la crianza influía en el desarrollo socioemocional de los hijos (Vargas et al., 2018).

Con la prevalencia de las dificultades conductuales y emocionales entre los adolescentes, se reconoció la necesidad urgente de estrategias efectivas de crianza y desarrollo emocional. Estos estudios eran importantes porque mejoró las relaciones familiares y el ambiente emocional en el hogar, preparando a los adolescentes para una vida adulta más ajustada y satisfactoria. Además, estos enfoques encontraron aplicación práctica en intervenciones educativas y comunitarias, fortaleciendo habilidades esenciales y fomentando comportamientos positivos en los jóvenes.

Las condiciones y el bienestar experimentado en el entorno del hogar y las relaciones familiares eran cruciales para la madurez emocional de los adolescentes, afectando sus relaciones interpersonales. La interacción con sus padres, junto con los estilos de crianza empleados por estos, desempeñaron un rol fundamental en el desarrollo de su confianza y conducta social positiva. Asimismo, los métodos de crianza, como el autoritativo, autoritario, permisivo y negligente, tenían una influencia notable en el desarrollo infantil. Mientras los padres autoritativos fomentaban relaciones asertivas, los padres autoritarios imponían control sin expresar afecto. Por otro lado, los padres permisivos eran indulgentes y los negligentes no asumieron adecuadamente su rol parental (Chapoñan et al., 2023).

La adolescencia, una etapa crucial del desarrollo humano, se caracterizaba por importantes transformaciones físicas, intelectuales y emocionales. Durante este tiempo, la relación entre padres y adolescentes era vital para la socialización y el fortalecimiento de competencias emocionales y sociales (Papalia et al., 2009).

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) destacó el papel crucial de los padres en evitar que los jóvenes consumieran sustancias, enfatizando la importancia de una comunicación transparente y una disciplina consistente. Programas como "Familias Fuertes: Amor y Límites" habían demostrado ser efectivos para prevenir

comportamientos problemáticos y mejorar la relación familiar (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2021).

En 2015, la Encuesta Nacional de Relaciones Sociales (ENARES) del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) reveló que el 38,9% de los adolescentes habían experimentado situaciones de violencia psicológica o física en sus hogares durante el último año. De este porcentaje, el 33,3% habían sufrido de abuso emocional, el 20,2% había sufrido agresión física y el 14,6% había enfrentado ambas formas de violencia simultáneamente. En respuesta, se implementaron estrategias a través del programa de formación en disciplina positiva, orientado a la educación de menores en Lima y Huánuco, con el objetivo de fortalecer a padres y educadores en la aplicación de prácticas disciplinarias no violentas (Save the Children, 2016).

En 2019, de acuerdo con los datos de ENARES, el 40% de los padres utilizaba el castigo físico y el mismo porcentaje de adolescentes consideraba la violencia como algo habitual (INEI, 2019). Para el 2020, la Defensoría del Pueblo reportó 5634 casos de abuso psicológico y 3682 casos de violencia física. Ante esta situación, el Ministerio de Educación presentó un manual para establecer normas de convivencia y aplicar medidas correctivas basadas en la disciplina positiva (Ministerio de Educación et al., 2020).

En 2023, se observó un incremento del 16% en las denuncias de violencia familiar comparado con el año anterior, según datos del INEI. Este aumento afectó principalmente a estudiantes de entre 12 y 17 años atendidos en centros comunitarios. Además, se encontró que el 81,3% de estos adolescentes había experimentado violencia psicológica o física en algún momento de sus vidas, con un 67,6% enfrentando violencia psicológica, un 65,6% sufriendo violencia física, y un 51,8% experimentando ambas formas de violencia simultáneamente. Estas cifras destacan la necesidad urgente de revisar los métodos de crianza y promover relaciones familiares más saludables.

El Instituto de Opinión Pública PUCP (2017), basado en una encuesta sobre prácticas de crianza aplicadas por padres a sus hijos y el tipo de personas que deseaban formar, exhibió resultados alarmantes, donde el 86% de padres consideraban a la obediencia como la primera actitud a promover, seguida por la responsabilidad por las propias acciones. Indistintamente del nivel socioeconómico, educación, sexo o

macro región, el 90% de los padres peruanos preferían criar hijos obedientes, respetuosos y con buenos modales, antes que promover el pensamiento libre y el desarrollo del sentido común propio y buen juicio, lo que ubicaba el estilo de paternidad como autoritario. El boletín revelaba una preferencia por la obediencia en la crianza de los hijos, lo que reflejaba un estilo parental autoritario. Esta situación era inquietante porque limitaba la capacidad de los niños para pensar de forma crítica y autónoma.

En Perú, la dinámica familiar resultaba un tema crucial por su influencia en el crecimiento y la madurez emocional de los adolescentes. En consecuencia, este estudio puso su atención en un programa de entrenamiento que abarcaba la disciplina positiva, la socialización parental y la inteligencia emocional para adolescentes. La crianza respetuosa promovía una educación que fomentaba la colaboración y el respeto mutuo, contribuyendo a la mejora de destrezas socioemocionales. Por otro lado, la socialización parental se centraba en la transmisión de normas, valores, principios y conductas a través del contacto entre padres y sus hijos. La destreza para detectar, entender y manejar tanto las propias emociones como las de los otros se denomina inteligencia emocional.

Durante el ejercicio clínico, se observaron numerosos casos de conflictos entre padres y adolescentes, así como inquietudes de los padres y/o cuidadores sobre las amistades de sus hijos adolescentes y cómo estas relaciones influyeron en su comportamiento. También mostraron preocupación por la salud mental de sus hijos, incluyendo la depresión, ansiedad y estrés, así como otros problemas emocionales relacionados con la sexualidad y las relaciones románticas, que afectaron su bienestar. Querían asegurarse de que sus hijos tomaran decisiones seguras y saludables mientras desarrollaban habilidades de toma de decisiones y ganaban autonomía sin ponerse en peligro (Servicio PAD, 2023).

En este contexto, el estudio no solo se concentró en resolver los problemas particulares que surgieron en las relaciones de los adolescentes, sino que también aspiró a colaborar en la consecución del tercer objetivo de desarrollo sostenible (ODS) de las naciones unidas: “fomentar la salud y el bienestar”. Al proporcionar herramientas y estrategias para mejorar la dinámica familiar y fortalecer las habilidades socioemocionales de los adolescentes, este programa de entrenamiento

buscó no solo resolver conflictos familiares, sino también fomentar un entorno propicio para el crecimiento completo de las personas, en consonancia con los principios de salud y bienestar promovidos por la comunidad internacional.

Por ello, fue necesario identificar ¿Cuál es la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes, en Huánuco?

Se justifica teóricamente la implementación de este programa porque integra principios de disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional, respaldados por teorías fundamentales. La disciplina positiva, basada en las ideas de Alfred Adler y Rudolf Dreikurs, se centra en entender las necesidades no satisfechas y las motivaciones internas, promoviendo relaciones de respeto y colaboración. La socialización parental, apoyada en la teoría del apego de John Bowlby, resalta la relevancia de los vínculos emocionales formados en la primera infancia en el desarrollo socioemocional. Estas bases teóricas fomentan interacciones familiares positivas, fortaleciendo el vínculo emocional y mejorando la comunicación y resolución de problemas, esenciales para el bienestar integral de los adolescentes.

Se justifica prácticamente la implementación del programa porque aspira a enriquecer la dinámica familiar y prevenir comportamientos problemáticos. Al promover un entorno que fomenta el respeto, el diálogo abierto y la empatía, se busca fortalecer los vínculos familiares y mejorar la capacidad de afrontamiento emocional de los adolescentes. La inteligencia emocional es crucial durante la adolescencia, ya que capacita a los jóvenes para manejar sus emociones, resolver conflictos y tomar decisiones informadas, impactando positivamente en su desarrollo individual, desempeño académico y relaciones interpersonales.

Se justifica metodológicamente el estudio por el uso de un enfoque cuantitativo integral para la recopilación de datos, empleando cuestionarios estandarizados y escalas de medición. Esto permite una evaluación precisa de los cambios en la dinámica familiar, las habilidades emocionales y el comportamiento de los adolescentes. Este enfoque cuantitativo captura una visión completa y detallada de los impactos del programa, enriqueciendo la comprensión de sus efectos en la interacción familiar y el crecimiento emocional de los adolescentes.

La investigación tuvo como objetivo principal determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes en Huánuco. Con este propósito, se plantearon los objetivos específicos: evaluar la eficacia del programa en el desarrollo y aplicación de estrategias de disciplina positiva por parte de los adolescentes; establecer la eficacia del programa en la percepción y respuesta de los adolescentes a las estrategias de socialización parental (aceptación/implicación y coerción/imposición); evaluar la eficacia del programa en el crecimiento de la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal de los adolescentes; evaluar la eficacia del programa en el aumento de la adaptabilidad de los adolescentes a diferentes situaciones y cambios; y evaluar la eficacia del programa en la gestión efectiva del estrés y la tensión en la vida cotidiana de los adolescentes.

Este estudio se fundamentó en investigaciones anteriores realizadas a nivel internacional, nacional y local que examinaron cómo los métodos de crianza, la inteligencia emocional y otros comportamientos se relacionaron con los adolescentes. A continuación, se describieron estos estudios en detalle.

En las sociedades occidentales, se ha documentado extensamente cómo los estilos de crianza afectan el desarrollo socioemocional de los adolescentes. Se destacó cómo la forma en que los padres gestionaban las emociones positivas de sus hijos pudo influir en la intensidad y persistencia de esas emociones, siendo esto fundamental para la adaptación emocional de las adolescentes (Pérez, 2013). Estas prácticas fueron vistas como métodos culturalmente arraigados en la socialización de las emociones. Sin embargo, se investigó poco sobre las implicaciones de estas reacciones parentales en el ajuste emocional de adolescentes en sociedades no occidentales, donde los objetivos de socialización culturalmente moldeados pudieron diferir considerablemente.

En este contexto, un estudio longitudinal realizado en china por Shi et al. (2023) a 233 adolescentes entre 12 y 18 años exploró cómo la forma en que los padres respondieron a las emociones positivas de los adolescentes influyó en su bienestar y malestar emocional a lo largo del tiempo. El estudio se centró en dos formas de respuestas de los padres: aquellas que amplificaron las emociones positivas, aumentando su intensidad y duración, y aquellas que las atenuaron. Los resultados

mostraron que las madres que potenciaban las emociones positivas de sus hijos y respaldaron objetivos de socialización del autodesarrollo (fomentando la confianza, autonomía y singularidad) contribuyeron significativamente a un mayor bienestar emocional en los adolescentes, evidenciado por una mayor autoestima, vitalidad y experiencias de emociones positivas, así como una disminución del malestar emocional (depresión, ansiedad y emociones negativas). En contraste, las madres que desalentaron las emociones positivas de sus hijos, centrándose menos en su crecimiento personal y más en la obediencia y respeto hacia los padres, pronosticaron una reducción en el bienestar emocional de los adolescentes a medida que pasaba el tiempo. Estos hallazgos destacaron la necesidad de considerar los objetivos de socialización culturalmente específicos al evaluar cómo las prácticas parentales afectan el ajuste emocional de los adolescentes; además, subrayó la importancia de desarrollar estrategias que optimicen las reacciones parentales a las emociones positivas de los adolescentes de manera culturalmente sensible para promover su salud mental.

Espinoza (2020) llevó a cabo un estudio que se centró en describir los tipos de socialización parental, analizando los métodos empleados por padres, madres o cuidadores para educar a sus hijos en diversas ciudades de Chile. Esta investigación, de carácter no experimental y con un enfoque descriptivo, incluyó a 875 adolescentes de entre 11 y 18 años. Se emplearon cuestionarios sociodemográficos y el cuestionario ESPA29. Estos hallazgos subrayaron la importancia de enfocar las iniciativas en las instituciones educativas hacia la crianza y resaltaron las discrepancias entre los distintos enfoques parentales. Además, se evidenció que los estilos de crianza influían en el desempeño escolar de los adolescentes, así como en sus problemas de conducta, emocionales y de personalidad.

En su estudio, Cedeño (2020) examinó la relación entre las habilidades parentales y los métodos de disciplina utilizados con sus hijos, hallando que el 70% de los padres tenían buenas habilidades parentales, mientras que el 30% tenía habilidades intermedias. Además, la mayoría (97,5%) usaba métodos de disciplina positiva, y solo el 2,5% tenía problemas con esto. En resumen, descubrió que había una conexión decente entre las habilidades de los padres y cómo disciplinaban a sus hijos. Esto sugirió que las habilidades de los padres afectaron la disciplina y que usar métodos positivos pudo ayudar al desarrollo general de los niños.

En Guatemala, Pérez Gómez (2013) hizo una investigación sobre cómo los padres criaban a sus hijos en las escuelas. Se enfocó en cómo los padres mostraban afecto y ponían reglas. Utilizó el cuestionario espa29, que ayudaba a ver cómo los padres actuaban en diferentes situaciones. Los jóvenes calificaron cómo sus padres actuaban en 29 situaciones importantes. Los resultados indicaron que tanto las progenitoras como los progenitores mostraban amor y hablaban con sus hijos cuando hacían algo mal. También usaban medidas disciplinarias justas. Se concluyó que los adolescentes mostraban un nivel adecuado de socialización parental, con padres que no solo recurrían al afecto y al diálogo como medidas correctivas, sino que también implementaron medidas de privación y coerción física y verbal. En conclusión, se recomendó la práctica del estilo autoritativo en la crianza, dado que tanto la aceptación/implicación como la coerción/imposición eran altas, mostrando un equilibrio entre ambos estilos.

En un estudio realizado por Nastasa y Sala (2012) en Transilvania, se exploró cómo diferentes métodos de crianza afectaron la inteligencia emocional de los pubescentes. Participaron 90 adolescentes junto con sus padres. El estudio identificó cinco estilos de crianza: dictatorial, autoritario, permisivo, democrático y de rechazo/negligencia. Se encontró que los estilos autoritario y dictatorial, caracterizados por reglas estrictas y poca comunicación, tenían un impacto negativo en la evolución de las competencias emocionales de estos. En contraste, los estilos permisivo y democrático, que fomentaban una comunicación más abierta y comprensiva, se asociaban con un mejor incremento de la inteligencia emocional. El modo en que los padres criaban a sus hijos tuvo un efecto significativo en la capacidad de los adolescentes para manejar sus emociones, comprender las de otros, establecer metas, y mantener relaciones interpersonales. Si los estilos de crianza permisivo y democrático promovían estas habilidades, los estilos autoritario y dictatorial tendían a resultar en dificultades emocionales a largo plazo para los adolescentes.

Sánchez (2021) realizó una investigación que exploraba la conexión entre la disciplina positiva y la inteligencia emocional en adolescentes. Este estudio, de tipo cuantitativo, descriptivo correlacional y no experimental. Los hallazgos enfatizaron la importancia de implementar la disciplina positiva para promover una mejora de la inteligencia emocional en ellos. Se enfatizó la relevancia de fortalecer el diálogo entre los adolescentes y sus padres, además de emplear estrategias disciplinarias que

promovieran una mayor comprensión y manejo emocional, aspectos esenciales para el desarrollo emocional saludable de los jóvenes en entornos educativos.

Santa Cruz y D'Angelo (2020) realizaron un estudio para integrar la enseñanza con el desarrollo emocional, con el fin de fortalecer las competencias necesarias para manejar relaciones interpersonales en diversas circunstancias. Su investigación se centró en cómo las herramientas de vida basadas en la disciplina positiva impactaron positivamente en la inteligencia emocional de chicos entre 12 a 13 años. Los hallazgos revelaron un incremento notable en la inteligencia emocional del grupo experimental, destacando mejoras en todas las dimensiones evaluadas, excepto en el manejo del estrés. Aunque las herramientas implementadas tuvieron un efecto positivo, el estudio subrayó la necesidad de enfocarse específicamente en el manejo del estrés para lograr un desarrollo integral de la inteligencia emocional en este grupo etario.

En su tesis, Condori (2020) investigó si existía una relación entre la gestión emocional de los estudiantes y su curiosidad por la ciencia y la tecnología. Se adoptó un enfoque cuantitativo con una metodología descriptiva y correlacional, encontrando una relación del 57,7% entre estas variables. Este hallazgo resaltó la importancia de prestar atención a las expresiones emocionales de los educandos en el ámbito escolar y de fortalecer sus habilidades intrínsecas para que se desempeñen adecuadamente en áreas específicas. En resumen, la educación emocional resultó ser tan esencial como el intelecto.

Madueño et al. (2020), realizaron un estudio descriptivo-correlacional para examinar cómo los métodos de crianza afectaban las aptitudes sociales de los pubescentes. Encontraron que los adolescentes criados con prácticas positivas mostraban un alto nivel en estas habilidades, con una asociación significativa y positiva con todas las dimensiones, especialmente en habilidades sociales avanzadas. Esto sugiere que la crianza positiva contribuyó a la mejora de habilidades sociales, promoviendo la influencia recíproca positiva, el autocontrol y la asertividad en los adolescentes. Los hallazgos subrayaron la importancia de fomentar prácticas parentales positivas como mediadoras para el desarrollo social de los jóvenes.

Jara (2019) investigó en Trujillo el impacto de los métodos de crianza parental en la inteligencia emocional en estudiantes. Participaron 346 estudiantes de 12 a 18 años.

El estudio categorizó los métodos de crianza y evaluó su influencia en la inteligencia emocional. Los resultados destacaron una relación importante entre las acciones de las madres y la inteligencia emocional, subrayando cómo el modo de crianza afecta la capacidad de los jóvenes para enfrentar desafíos del entorno. El programa buscó promover un ambiente familiar propicio para el desarrollo socioemocional saludable, enfocándose en prácticas parentales efectivas y relaciones familiares positivas, explorando conceptualizaciones teóricas para una mejor comprensión.

A continuación, se aborda la teoría relacionada con la investigación. Un programa es un conjunto organizado de actividades y recursos planificados para lograr objetivos específicos en un período de tiempo determinado. Estos programas podían ser utilizados en áreas como la educativa, la salud, el desarrollo comunitario y la tecnología. Por lo general, su diseño incluía metas definidas, métodos de implementación y criterios de evaluación para medir su eficacia (Guillamón, 2012).

La crianza positiva, como método educativo, se fundamentaba en la interacción equilibrada entre padres e hijos. Este enfoque combinaba la coherencia y la empatía para fomentar el crecimiento de aptitudes emocionales y sociales en los niños, educándolos en la responsabilidad y el respeto en su comportamiento. Nelsen (2006) y Dreikurs (1994) destacaron la importancia de este enfoque en la crianza; Nelsen subrayaba su orientación integral, no solo mejorando el comportamiento de los niños, sino también promoviendo su bienestar emocional y motivándolos a mejorar por sí mismos. Dreikurs, por su parte, enfatizó la disciplina positiva como un medio para enseñar a los niños a asumir la responsabilidad de su comportamiento, ser útiles a los demás y desarrollar habilidades sociales.

La efectividad de la disciplina positiva estaba influenciada por varios factores clave. El ambiente familiar era crucial: la cohesión familiar, una comunicación efectiva y la consistencia en la implementación de estrategias eran esenciales. El desarrollo infantil también era importante, ya que la edad, características individuales y etapa de desarrollo de los adolescentes impactó en la efectividad de estas estrategias. Además, los modelos parentales y el contexto sociocultural jugaron un papel significativo en cómo los padres aplicaron la disciplina positiva (Nelsen & Lott, 2020).

El apoyo y la educación también eran esenciales; el acceso a recursos educativos, el apoyo social y la orientación para los padres podían mejorar su comprensión y

aplicación de la disciplina positiva. La constancia en la aplicación de las estrategias y la paciencia en su implementación eran fundamentales para garantizar su efectividad a largo plazo. Aplicar el enfoque de disciplina positiva conllevaba múltiples ventajas para el crecimiento y la salud emocional de los niños. Este enfoque promovía relaciones saludables al fomentar el respeto mutuo y la comunicación efectiva, creando un entorno familiar armonioso y empático (Nelsen & Lott, 2020). Además, desarrollaba habilidades sociales, ayudaba a los niños a comprender la responsabilidad, resolver problemas constructivamente y tomar decisiones fundamentadas, potenciando su crecimiento integral y mejorando la autoestima al evitar el uso de castigos físicos o verbales, promoviendo una percepción más positiva de sí mismos.

Este modelo promovía la independencia al cultivar la responsabilidad y la habilidad para tomar decisiones, lo que contribuía al desarrollo de la autonomía en los adolescentes. Creaba un ambiente propicio para el aprendizaje, enseñando a los niños a aprender de equivocaciones y aceptar las consecuencias de sus actos. Finalmente, promovía una crianza más consciente al impulsar a los progenitores a notar las necesidades emocionales de sus hijos y a manejar los desafíos de manera positiva y constructiva (Nelsen & Lott, 2020). La disciplina positiva no solo impactaba en la conducta inmediata de los niños, sino que también moldeaba su desarrollo emocional, social y cognitivo, sentando las bases para una vida adulta más equilibrada y emocionalmente inteligente.

Nelsen y Lott (2020) señalan que el enfoque de disciplina positiva no se distingue por contar con dimensiones específicas de un modelo teórico estructurado, sino que incluye una variedad de principios, estrategias y prácticas diseñadas para fomentar el desarrollo positivo en los niños. Los principios clave incluían un enfoque preventivo, la firmeza amable y un enfoque educativo que promovía la responsabilidad y el autocontrol.

Este enfoque se basaba en diversas teorías del desarrollo infantil que enfatizaban la importancia de la conexión emocional de los hijos con sus padres o cuidadores, así como el fomento de la autoestima y la responsabilidad. Entre estas teorías se incluían la psicología individual de Alfred Adler, que destacaba las relaciones emocionales en la crianza, y la teoría del Desarrollo Moral de Lawrence Kohlberg, centrada en la

evolución moral a través del aprendizaje social de normas y valores. Además, se consideraba la teoría de la inteligencia emocional de Goleman, que enfatizaba la relevancia de la autorregulación emocional en la educación de los niños. La disciplina positiva se pretende instruir a los niños en reconocer, expresar y regular sus emociones, promoviendo la empatía y la autoconciencia emocional, fundamentales para la autorregulación y la toma de decisiones reflexivas en la gestión emocional (Coleman & Hendry, 2003).

Según Estévez y Musitu (2007), la familia era una unidad fundamental en la sociedad, donde los individuos compartían lazos emocionales y roles específicos. Actuaba como un sistema dinámico en interacción constante, transmitiendo valores, normas y pautas de comportamiento, y proporcionando apoyo emocional y material. La familia es el eje central en el crecimiento y la socialización de sus integrantes, siendo el contexto primario para establecer relaciones interpersonales y transmitir normas culturales, tradiciones y creencias. A través de la convivencia familiar, se forman las bases del comportamiento social, el sentido de identidad y pertenencia, y se desarrollan habilidades emocionales y sociales esenciales para la vida en comunidad. Este entorno proporciona a los miembros un sentido de seguridad y apoyo, fundamental para enfrentar los desafíos de la vida y fomentar un desarrollo integral y equilibrado.

Los autores subrayaban que la familia era un sistema complejo y dinámico, donde padres e hijos interactuaban e influían mutuamente, proporcionando un ambiente de apoyo emocional y cumpliendo un rol crucial en la formación de la identidad y el bienestar psicológico de quienes la conforman. Los estilos y los valores parentales se veían moldeados por el contexto cultural, pero también compartían elementos comunes, como el grado de apoyo y control ejercido sobre los hijos.

Los estilos parentales reflejaban los métodos que los padres utilizaban para educar a sus hijos, incluyendo comportamientos, actitudes y prácticas que influían en la percepción del mundo de los hijos, sus relaciones interpersonales y el desarrollo de sus habilidades. La escala parental se basaba en diversas teorías y clasificaciones para estudiar y analizar estos estilos: el estilo autoritario, caracterizado por altos niveles de control y demandas estrictas con poca expresión de afecto; el estilo autoritario, que combinaba altos niveles de control con afecto y comunicación abierta;

el estilo permisivo o indulgente, con baja exigencia, alta aceptación y poca estructura; y el estilo negligente o desinteresado.

Musitu y García (2004) propusieron clasificar los estilos parentales considerando dos elementos principales: aceptación/implicación y coerción/imposición. Esos elementos permitirían distinguir entre diversos estilos de crianza. La aceptación/implicación se refiere a la muestra de afecto y apoyo hacia los hijos, utilizando el diálogo y el razonamiento para corregir comportamientos negativos. Por otro lado, la coerción/imposición implica el uso de castigos físicos, privaciones o coerción verbal para corregir comportamientos inadecuados. Los estilos parentales identificados a partir de estos elementos incluyen el autoritario, caracterizado por un bajo nivel de aceptación y una alta tendencia a imponer el control; el autoritativo, que combina un alto nivel de aceptación con la imposición de límites razonables mediante el diálogo; el negligente, donde hay bajo nivel de aceptación y también baja coerción; y el indulgente, con alto nivel de aceptación, pero poca imposición de reglas claras.

Estas clasificaciones, aunque sean ideales, pueden variar en la práctica según las circunstancias. Los estilos de crianza que enfatizan el afecto y la participación suelen ser más beneficiosos para el desarrollo emocional y la adaptación social de los niños. Además, el contexto cultural y las interpretaciones individuales también influyen en los efectos de la coerción y el control parental.

En la adolescencia, un estilo parental democrático o autoritativo, que equilibra el control con la autonomía, suele ser más favorable para el desarrollo de los hijos. La comprensión de estos estilos y su impacto en la mejora de los hijos, integralmente, es fundamental para diseñar estrategias de crianza adecuadas, considerando las necesidades de los niños y las características propias de los padres.

Musitu (2001) evaluó varias dimensiones que impactan en el desarrollo infantil y la interacción con sus padres, incluyendo la comunicación afectiva, la satisfacción con la comunicación, el apoyo emocional percibido, la percepción de normas y límites, las interacciones negativas y el conocimiento de las actividades y relaciones de los hijos.

La implementación de programas de disciplina positiva, centrados en el respeto mutuo, la comunicación efectiva y la regulación emocional, es crucial para fortalecer la cohesión y armonía familiar. Estas prácticas contribuyen significativamente al

desarrollo integral de los adolescentes, facilitando su adaptación social, autoestima y bienestar psicológico. La armonía familiar se distingue por la comunicación efectiva, la solución constructiva de conflictos y el apoyo mutuo, elementos fundamentales para el bienestar de todos los miembros familiares.

La fundamentación teórica de la socialización parental abarca diversos enfoques y teorías, como la teoría del apego de John Bowlby, que destacó la importancia de los vínculos afectivos en el desarrollo social y emocional desde la infancia. La teoría del aprendizaje social (Bandura) subrayó la relevancia de la observación e imitación en la adquisición de comportamientos y actitudes. Diana Baumrind, en su teoría de la socialización, investigó los distintos estilos parentales y sus efectos en el desarrollo infantil. Según Adler, en su teoría de la psicología individual, la forma en que los individuos perciben su posición en relación con los demás y cómo manejan los sentimientos de inferioridad son cruciales para su desarrollo psicológico y social. Por último, la teoría del procesamiento de la información analizó cómo los niños procesan la información social y el impacto de las interacciones parentales en este proceso.

Los estilos parentales están fundamentados en la teoría del apego y en cómo las dinámicas de los hijos y sus progenitores o cuidadores influyen en el desarrollo psicológico. El ambiente familiar juega un papel crucial en moldear las actitudes y comportamientos de los niños, afectando su desarrollo y bienestar emocional y social.

La inteligencia emocional ha sido reconocida como un conjunto de habilidades vitales por varios expertos, como Daniel Goleman, Salovey y Mayer. Esta abarca la comprensión y gestión de nuestras propias emociones, así como las de los demás, fomentando la motivación y las relaciones saludables. La inteligencia emocional facilita el reconocimiento, comprensión y control de las emociones para lograr una vida equilibrada y exitosa (Goleman, 1995; Salovey & Mayer, 1990). Incorpora habilidades tales como el autoconocimiento emocional, la gestión de las emociones, la empatía y las competencias sociales. Estas definiciones proporcionan diversas perspectivas sobre el manejo emocional, su aplicación en el pensamiento y la comprensión de las interacciones sociales.

Cada experto ha propuesto enfoques distintos sobre la inteligencia emocional. Goleman destacó cinco componentes esenciales: autoconciencia emocional, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales. Salovey y Mayer

propusieron un modelo de cuatro ramas: “percepción emocional, facilitación emocional, comprensión y regulación emocional”. Gardner, aunque no desarrolló específicamente una teoría de inteligencia emocional, sugirió que las habilidades emocionales estaban integradas en otras formas de inteligencia, como la interpersonal e intrapersonal.

Goleman, Salovey y Mayer identificaron factores que contribuyen al desarrollo de la inteligencia emocional, como las experiencias familiares, la calidad de la crianza y el ejemplo de los padres. Además, señalaron que la educación emocional puede ser enseñada y aprendida, y que los programas educativos centrados en el reconocimiento, comprensión y gestión de las emociones pueden mejorar las habilidades emocional en las personas. Los vínculos sociales y el contexto socioambiental también desempeñan un papel crucial en este desarrollo.

La inteligencia emocional es crucial debido a su capacidad para influir en varios aspectos de la vida diaria y el bienestar individual, Goleman destacó su importancia en ámbitos académicos, profesionales y personales, así como en el desarrollo de liderazgo efectivo. Las dimensiones comunes de la inteligencia emocional incluyen la autoconciencia emocional, la autorregulación, la empatía y las habilidades sociales.

Coleman y Hendry (2003) analizaron cómo los límites temporales de la adolescencia han cambiado en las últimas décadas, resaltando el papel esencial de los entornos sociales en esta etapa del desarrollo. Papalia (2009) la definió como una fase de cambios físicos y psicológicos significativos influenciados por el entorno social, cultural y económico, que generalmente abarca de los 11 a los 20 años.

Las teorías del desarrollo psicosocial en la adolescencia convergen en tres aspectos principales: cambios físicos, psicológicos y emocionales. Los cambios físicos incluyen el crecimiento y desarrollo corporal, notable durante la pubertad, con aumento en estatura y peso, y el desarrollo de características sexuales secundarias. También se observan cambios importantes en la estructura y función cerebral, con mayor mielinización y conexión de las vías neuronales, mejorando el pensamiento abstracto, la planificación y la toma de decisiones (Papalia, et al., 2009).

En el plano psicológico, los adolescentes enfrentan el desafío de desarrollar una identidad y autoconcepto coherentes, así como un sentido estable de sí mismos.

Pueden experimentar cambios en la autoimagen, autoestima y autoconfianza mientras exploran diferentes roles y valores. Además, buscan autonomía e independencia, desafiando las normas establecidas para desarrollar su propio sentido de responsabilidad y toma de decisiones. El desarrollo cognitivo es crucial en esta etapa, especialmente en el pensamiento abstracto y el razonamiento lógico, permitiendo reflexionar sobre cuestiones complejas y considerar diversas perspectivas (Papalia, et al., 2009).

Los cambios emocionales durante la adolescencia son intensos y fluctuantes, con altibajos emocionales, búsqueda de emociones y desafío a los límites emocionales y sociales (Papalia, et al., 2009). En este período, la figura paterna desempeña un papel crucial en el desarrollo emocional de ellos. Estudios recientes destacan la importancia de la participación del padre en la vida de los adolescentes y cómo su forma de criar influye en su desarrollo emocional y en la relación familiar. La calidad de la relación padre-hijo se relaciona con mayor autoestima, mejor ajuste emocional y social, y mejor capacidad de afrontamiento en los adolescentes (Amato & Gilbreth, 1999; Flouri, 2008).

El enfoque de crianza adoptado por los padres afecta tanto la interacción entre ellos como el desarrollo de las competencias emocionales de los adolescentes. Los padres con un enfoque autoritativo, que ofrecen apoyo emocional y establecen límites claros, tienden a tener hijos con una inteligencia emocional más sólida. Estos adolescentes son más conscientes de sus emociones, capaces de regularlas mejor y poseen habilidades sociales más avanzadas (Maccoby & Martin, 1983; García et al., 2014).

Los estilos parentales autoritarios o negligentes pueden tener impactos negativos en el desarrollo de la inteligencia emocional, los padres autoritarios, que imponen un control estricto sin suficiente apoyo emocional, pueden dificultar la expresión emocional y la independencia de sus hijos, perjudicando su inteligencia emocional (Darling & Steinberg, 1993). Asimismo, los padres negligentes, que muestran poco interés o participación en la crianza, pueden dejar a los adolescentes sin modelos adecuados de regulación emocional y habilidades sociales (Maccoby & Martin, 1983).

En conclusión, el rol paterno durante la adolescencia es fundamental para la crianza y el desarrollo de habilidades emocionales. Los padres que adoptan un estilo de crianza autoritativo, que se caracteriza por brindar un alto apoyo emocional y

establecer un control adecuado, promueven un desarrollo emocional saludable en sus hijos. En contraste, los estilos de crianza autoritarios o negligentes pueden inhibir el desarrollo de la inteligencia emocional de los adolescentes. Por ello, es esencial que los padres comprendan la importancia de su rol y adopten un enfoque de crianza que favorezca el desarrollo emocional y social de sus hijos durante esta etapa.

La interacción dentro del ámbito familiar desempeña un rol fundamental en el desarrollo de competencias socioemocionales de los adolescentes, influyendo directamente en su bienestar y comportamiento. Basándose en la evidencia previamente discutida sobre la importancia de los métodos de crianza, patrones de apego y programas diseñados para fomentar la disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional, el estudio se centró en evaluar la efectividad de un programa específico implementado en Huánuco durante el año 2024. La hipótesis planteada fue: El programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes presentó una eficacia significativa.

II. METODOLOGÍA

La investigación fue de naturaleza aplicada y experimental, ya que buscó implementar conocimientos existentes y descubrir nuevos a partir de esta aplicación. Se empleó un enfoque cuantitativo, y un diseño preexperimental, que implicó la administración de un tratamiento específico a un grupo determinado; la medición de los niveles y efectos resultantes en ese grupo (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

El esquema fue el siguiente:



Donde:

GE: Conjunto de adolescentes

M1: Pretest: Cuestionario de disciplina positiva, Cuestionario Estilos Parentales ESPA29, Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA en niños y adolescentes.

X: Tratamiento (Programa de 10 semanas de duración)

M2: Post test: Cuestionario de disciplina positiva, cuestionario estilos parentales ESPA29, Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA en niños y adolescentes.

El programa de entrenamiento se define como un conjunto estructurado y planificado de acciones, estrategias y actividades orientadas a alcanzar un objetivo específico. Generalmente, estos objetivos están relacionados con cambios de comportamiento, mejora de habilidades o resolución de problemas dentro de una población determinada (Guillamón, 2012). El programa en este estudio se diseñó para fomentar la socialización parental y la inteligencia emocional en adolescentes.

La disciplina positiva se entiende como la formación de individuos que se desarrollan adecuadamente a nivel personal y colectivo, con independencia, capacidad, cooperación y responsabilidad (Iglesias, 2005). Este método de crianza se centra en construir relaciones positivas, comunicación efectiva y en utilizar consecuencias naturales y lógicas, basándose en teorías del apego, inteligencia emocional y justicia

restaurativa (Nelsen & Lott, 2020). La disciplina positiva se evaluó mediante un cuestionario que midieron cinco dimensiones: Identificar objetivos a largo plazo, brindar calidez, brindar estructura, comprender cómo piensan y sienten, y resolución de problemas.

La socialización parental se refiere a las prácticas, actitudes y comportamientos que los padres utilizan para influir en el crecimiento social, emocional y conductual de sus hijos (Cuervo, 2010). Musitu y García (2004) la definieron como la forma constante en que los padres interactúan con sus hijos en diversas situaciones cotidianas y cómo estos patrones impactan la relación entre ellos y a los individuos involucrados. La prueba de socialización parental evaluó la percepción del individuo sobre la conducta de sus padres en las dimensiones de Aceptación/Implicación y Coerción/Imposición.

La inteligencia emocional se define como la habilidad para reconocer, comprender y gestionar tanto las propias emociones como las de los demás, utilizándolas de manera efectiva para orientar el pensamiento y el comportamiento. Este concepto abarca la percepción, comprensión, expresión y regulación de las emociones, promoviendo el bienestar propio y social. El inventario utilizado, evaluó dimensiones como inteligencia interpersonal, intrapersonal, adaptabilidad, manejo del estrés en adolescentes.

La población se compuso de 75 adolescentes de ambos géneros, matriculados en una institución educativa de Huánuco, con edades entre 12 y 18 años (Carrasco, 2019). El muestreo fue no probabilístico intencional (Creswell, 2014), seleccionándose 25 participantes que cumplieran con criterios de inclusión específicos, como ser adolescentes de sexo femenino o masculino, entre 12 y 18 años, residentes en Huánuco y que mostraron interés en participar del programa de entrenamiento. Los criterios de exclusión incluyeron no presentar el consentimiento informado de los padres y asentimiento informado, ausentismo escolar y tener alguna discapacidad física y/o intelectual.

La técnica empleada fue la encuesta, utilizada para evaluar aspectos cuantitativos. En este estudio, la encuesta tenía como objetivo recopilar datos cuantitativos sobre los estilos de crianza, socialización parental e inteligencia emocional, tanto al inicio como al final del programa de intervención, para contrastar las hipótesis y realizar inferencias correspondientes (Hernández et al., 2016).

El instrumento principal fue el cuestionario, diseñado para medir variables específicas junto con sus dimensiones (Tamayo, 2014). Se utilizaron varios instrumentos para recolectar datos cuantitativos: el Cuestionario de Disciplina Positiva para Adolescentes de Milagros Sánchez Cotrina, validado por juicio de expertos en el 2021. Está dirigido a adolescentes en etapa educativa. El tiempo de aplicación es de 15 minutos, de manera grupal o individual. El objetivo es identificar el nivel de disciplina positiva en los estudiantes. Consta de 21 indicadores clasificados en 5 dimensiones y 21 ítems, con una escala valorativa de 1 a 5 (nunca, raramente, a veces, frecuentemente, muy frecuentemente).

La escala de estilos de socialización parental en la adolescencia (ESPA29) de Gonzalo Musitu Ochoa y José Fernando García Pérez, adaptada en Perú por Katia Jara en 2013. Está dirigido a adolescentes entre 10 a 18 años, resolverlo toma 20 minutos aproximadamente. El objetivo es evaluar el estilo de socialización de cada padre en 29 situaciones, proporcionando una medida general para las dimensiones de Aceptación/Implicación y Coerción/Imposición. Los resultados determinan el tipo de estilo de socialización: autoritativo, indulgente, autoritario o negligente. Asimismo, se registran valores particulares en las subescalas de cada dimensión: Aceptación/Implicación incluye las subescalas de afecto, indiferencia, diálogo y displicencia; Coerción/Imposición: incluye coerción verbal, coerción física y privación. La escala sigue el modelo Likert, con puntuaciones de 1 a 4 (Nunca, Algunas veces, Muchas veces, Siempre). Katia Jara Gálvez (2013), realiza una investigación psicométrica de la prueba, la validez de constructo se evaluó mediante las correlaciones ítem-test, obteniendo valores adecuados en su mayoría, con excepción de un ítem en la subescala de displicencia (ítem 25), que se decidió conservar para no alterar la prueba en su conjunto. Las correlaciones ítem-test oscilaron entre 0.299 y 0.841 para aceptación/implicación y entre 0.285 y 0.774 para coerción/imposición. La confiabilidad de la Escala de Estilos de Socialización Parental fue determinada mediante el método de consistencia interna con el coeficiente Alfa de Cronbach, indicando una consistencia elevada. La consistencia interna global para las dimensiones de padre y madre fue 0.914 para aceptación/implicación y 0.963 para coerción/imposición. Las subescalas mostraron valores de consistencia interna entre 0.902 y 0.961.

Y el Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On ICE: NA, adaptado en Perú por Nelly Ugarriza Chávez y Liz Pajares; para medir la última variable, se aplica en niños y adolescentes entre 7 y 18 años, el propósito del instrumento es evaluar habilidades emocionales y sociales. La tipificación tiene baremos peruanos. Consta de 60 ítems distribuidos en 8 escalas y utiliza una escala tipo Likert con opciones: “muy rara vez”, “rara vez”, “a menudo” y “muy a menudo”. Puntuaciones altas indican elevada inteligencia emocional y social. Las medidas incluyen: inteligencia emocional total, interpersonal, intrapersonal, adaptabilidad, manejo del estrés, estado de ánimo general, impresión positiva e índice de inconsistencia. La administración toma de 25 a 30 minutos, y la calificación puede hacerse de manera computarizada o con lápiz y papel. Puntuaciones superiores a 110 indican niveles de inteligencia emocional por encima del promedio, mientras que puntuaciones inferiores a 90 indican niveles por debajo del promedio. Respuestas inconsistentes por encima de 10 sugieren respuestas al azar. El manual provee interpretaciones específicas de los puntajes de inteligencia emocional: Deficiente (69 o menos), Muy bajo (70-79), Bajo (80-89), Adecuado (90-109), Alto (110-119), Muy alto (120-129) y Excelente (130 o más). El instrumento tiene suficiente validez de constructo, y un coeficiente alfa de Cronbach alto (.81) indica alta confiabilidad. Aunque algunos ítems mostraron correlaciones ítem-test menores a .20, se mantuvieron ya que su eliminación no aumentaría el valor alfa de Cronbach.

Para el procesamiento y análisis de la información, los datos se organizaron en una base de datos en Microsoft Excel y se realizó un análisis descriptivo inicial. Posteriormente, los datos se analizaron en IBM SPSS Statistics 29, utilizando estadísticas descriptivas y pruebas inferenciales como la prueba T de Student y Prueba de Wilcoxon para confirmar las hipótesis. Dado que la muestra era menor de 50, se utilizó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, la cual mostró que los datos seguían una distribución normal.

El estudio se condujo respetando principios éticos según Belmont (1979), asegurando la confidencialidad y anonimato de los participantes y obteniendo aprobación ética del comité correspondiente. Se proporcionó a los participantes información sobre los objetivos del estudio y los derechos que les asistían, y se obtuvo el consentimiento y asentimiento informado antes de recolectar cualquier dato. Se respetaron las autorías de las fuentes y se presentaron resultados confiables.

III. RESULTADOS

Tabla 1

Eficacia del programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional

	Prueba de muestras relacionadas					t	Sig. (bilateral)
	Diferencias relacionadas						
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia			
			Inferior	Superior			
Pretest - Disciplina positiva							
Postest - Disciplina positiva	-16,08	11,36	2,27	-20,76	-11,39	-7,08	,00
Pretest - Espa29 - madre							
Postest - Espa29 - madre	45,39	35,80	7,47	29,91	60,87	6,08	,00
Pretest - Espa29 - padre							
Postest - Espa29 - padre	-47,52	75,80	16,54	-82,02	-13,02	-2,87	,01
Pretest - Bar-On ICE: N.A							
Postest - Bar-On ICE: N.A	-39,72	29,04	5,81	-51,70	-27,73	-6,84	,00

La tabla 1 muestra una mejora significativa en la disciplina positiva tras la intervención del programa, evidenciada por una reducción promedio en las puntuaciones de -16,080. Este resultado indica que los adolescentes perciben una mayor disciplina positiva después del programa, lo cual se considera estadísticamente significativo con un valor $p < 0,001$. El intervalo de confianza del 95% sugiere que esta mejora es consistente y no atribuible al azar. En cuanto a la socialización parental, la percepción de los adolescentes respecto a las prácticas de sus madres mostró una mejora significativa, con un aumento promedio de 45,391 en las puntuaciones. Este cambio positivo refleja una mayor aceptación/implicación y una mejora en la relación con sus madres, lo cual también es estadísticamente significativo con un valor $p < 0,001$. En contraste, la percepción de la socialización parental por parte de los padres muestra una disminución significativa, con una diferencia media de -47,523. El valor $p = 0,009$ indica que esta diferencia también es estadísticamente significativa. También muestran una mejora significativa en la inteligencia emocional de los adolescentes, con una reducción promedio de -39,718 en las puntuaciones del inventario de Bar-On. Esta disminución sugiere que los adolescentes desarrollaron una mejor comprensión y gestión de sus emociones, con un valor $p < 0,001$, lo que confirma la significancia estadística del cambio observado.

Tabla 2

Análisis descriptivo de las estrategias de disciplina positiva.

	Pretest		Postest	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	2	8,0	8	32.0
Medio	11	44,0	14	56.0
Bajo	12	48,0	3	12.0
Total	25	100,0	25	100,0

Nota. Datos obtenidos del cuestionario de Disciplina positiva

En la tabla 2, se observa una evolución positiva en los resultados, el nivel alto antes de la aplicación del programa era de un 8% y posterior al programa es el 32%. Para el nivel medio se registró un 44% antes del programa y un 56% después del programa, para el nivel bajo disminuyó de un 48% al 12% con la aplicación del programa. En conjunto, los datos estadísticos muestran una clara tendencia hacia una mayor aceptación y valoración de las estrategias de disciplina positiva tras la intervención. Esto sugiere que el programa no solo fue eficaz en educar a los adolescentes sobre estas estrategias, sino también en mejorar su actitud hacia su implementación y valor en la vida diaria.

Tabla 3

Prueba no paramétrica de diferencia de medianas para muestras relacionadas de disciplina positiva

Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
La mediana de las diferencias entre pre y post test - disciplina positiva es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo de muestras relacionadas	,000	rechazar la hipótesis nula

Nota. Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

En la tabla 3, la prueba de Wilcoxon muestra un valor de significación de ,000, que es menor que el nivel de significancia de ,05. Esto indica que hay una diferencia estadísticamente significativa en las medianas de las diferencias entre el pretest y el post test para la disciplina positiva. Por lo tanto, el programa de entrenamiento tuvo un efecto significativo en la disciplina positiva, y la hipótesis nula, que sugería que no había diferencia, debe ser rechazada.

Tabla 4

Eficacia del programa en las estrategias de socialización parental (aceptación/implicación y coerción/imposición)

	Diferencias relacionadas							
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia		t	gl	Sig. (bilateral)
				Inferior	Superior			
Postest Escala Aceptación/Implicación								
Pretest Escala Aceptación/Implicación	-,53	,76	,12	-,76	-,30	-4,67	43	,000

Nota. Datos obtenidos del cuestionario EsPa29. (Prueba T para muestras relacionadas)

En la tabla 4, dado que el valor de significación es menor que ,05, la diferencia en las medias es estadísticamente significativa. Esto sugiere que el programa tuvo un impacto significativo en la percepción de aceptación/implicación, mejorando o cambiando las puntuaciones de los adolescentes de manera significativa.

Tabla 5

Prueba no paramétrica de diferencias de medianas de pre y pos test en coerción/imposición

Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
La mediana de las diferencias entre pre y post test de la dimensión imposición/coerción es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo de muestras relacionadas	,000	rechazar la hipótesis nula

Nota. Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

La tabla 5, la prueba de Wilcoxon para la dimensión de coerción/imposición muestra un valor de significación de ,000, que es menor que el nivel de significancia de ,05. Esto indica que hay una diferencia estadísticamente significativa en las medianas de las diferencias entre el pretest y el post test en coerción/imposición. por lo tanto, el programa tuvo un efecto significativo en reducir la percepción de coerción/imposición.

Tabla 6*Análisis descriptivo de los estilos parentales*

			Pretest		Postest	
			Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Aceptación/implicación - Coerción/ imposición	Madre	Autoritario	18	78.3	13	56.6
		Autoritativo	5	21.7	10	43.4
	Padre	Autoritario	5	23.8	3	14.3
		Autoritativo	16	76.2	18	85.7

Nota: Datos obtenidos del cuestionario EsPa29

La tabla 6, muestra los resultados, diferenciando entre autoritario y autoritativo, antes y después del programa. En cuanto a las madres, hubo una disminución en el porcentaje de estilo autoritario de 78.3% a 56.6%, y un aumento en el estilo autoritativo de 21.7% a 43.4%. En el caso de los padres, el estilo autoritario disminuyó de 23.8% a 14.3%, mientras que el estilo autoritativo aumentó de 76.2% a 85.7%. Estos cambios sugieren una mejora hacia prácticas de crianza más democráticas y participativas tras la intervención del programa.

Tabla 7*Eficacia del programa en la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal*

	Diferencias relacionadas							
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia		t	gl	Sig. (bilateral)
				Inferior	Superior			
Postest - dim intrapersonal - Pretest - dim - intrapersonal	-10,16	7,81	1,56	-13,38	-6,94	-6,51	24	,000
Postest - dim interpersonal - Pretest - dim - interpersonal	-12,80	14,37	2,87	-18,73	-6,87	-4,46	24	,000

Nota. Datos obtenidos del Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA en niños y adolescentes.

La tabla 7, analiza las diferencias de medias en las dimensiones intrapersonal e interpersonal de la inteligencia emocional antes y después del programa, utilizando una prueba T para muestras relacionadas. La dimensión intrapersonal mostró una reducción significativa en la media de -10,16 con un valor p de 0.000, indicando una mejora. Similarmente, la dimensión interpersonal tuvo una reducción de -12,80 en la media, también con un valor p de 0.000. Esto sugiere que el programa mejoró significativamente la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal de los adolescentes.

Tabla 8*Análisis descriptivo de inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal*

Dimensión		Pretest		Postest	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Intrapersonal	Capacidad emocional muy desarrollada	0	0	22	88
	Capacidad emocional adecuada	11	44	1	4,0
	Capacidad emocional por mejorar	14	56	2	8,0
Interpersonal	Capacidad emocional muy desarrollada	0	0.0	18	72.0
	Capacidad emocional adecuada	13	52.0	3	12.0
	Capacidad emocional por mejorar	12	48.0	4	16.0
Total		25	100,0	25	100,0

Nota. Datos obtenidos del Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA en niños y adolescentes.

La tabla 8 muestra los cambios en la capacidad emocional de los adolescentes en las dimensiones intrapersonal e interpersonal. Antes del programa, ninguno de los adolescentes se encontraba en el nivel de "capacidad emocional muy desarrollada" en ambas dimensiones. Después del programa, 22 adolescentes (88%) alcanzaron este nivel en la dimensión intrapersonal y 18 adolescentes (72%) en la dimensión interpersonal. Esto refleja un aumento significativo en el desarrollo de la inteligencia emocional.

Tabla 9*Análisis descriptivo de dimensión adaptabilidad*

Dimensión		Pretest		Postest	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Adaptabilidad	Capacidad emocional muy desarrollada	0	0.0	14	56.0
	Capacidad emocional adecuada	18	72.0	8	32.0
	Capacidad emocional por mejorar	7	28.0	3	12.0
	Total	25	100,0	25	100,0

Nota. Datos obtenidos del Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA en niños y adolescentes.

La tabla 9 muestra la distribución de la adaptabilidad emocional de los adolescentes antes y después del programa. No se reportaron adolescentes con una "capacidad emocional muy desarrollada" en la dimensión adaptación antes del programa, pero después del programa, 14 adolescentes (56%) alcanzaron este nivel. Esto indica una mejora significativa en la adaptabilidad emocional de los adolescentes.

Tabla 10*Diferencia de medianas pre y post test adaptabilidad*

Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
La mediana de las diferencias entre pre y post test - dimensión adaptabilidad es igual a 0	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo de muestras relacionadas	,000	Rechazar la hipótesis nula

Nota. Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

La tabla 10 presenta los resultados de la prueba de Wilcoxon para la dimensión de adaptabilidad, comparando pre y post test. El valor de significancia de 0.000 indica que hay una diferencia estadísticamente significativa en la mediana, lo que sugiere que el programa mejoró significativamente la adaptabilidad de los adolescentes.

Tabla 11*Análisis descriptivo de dimensión manejo del estrés*

Dimensión		Pretest		Postest	
		Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Manejo del estrés	Capacidad emocional muy desarrollada	0	0.0	2	8.0
	Capacidad emocional adecuada	8	32.0	15	60.0
	Capacidad emocional por mejorar	17	68.0	8	32.0
	Total	25	100,0	25	100,0

Nota. Datos obtenidos del Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA en niños y adolescentes.

La tabla 11, refleja cambios en el manejo del estrés. Inicialmente, ningún adolescente tenía una "capacidad emocional muy desarrollada" en esta área, pero tras el programa, 2 adolescentes (8%) lograron este nivel. Además, la proporción de adolescentes con "capacidad emocional adecuada" aumentó de 32% a 60%, mientras que aquellos en la categoría de "capacidad emocional por mejorar" disminuyeron de 68% a 32%. Esto sugiere que el programa fue efectivo en mejorar las habilidades de manejo del estrés entre los participantes.

Tabla 12*Eficacia del programa en la gestión efectiva del estrés y la tensión en la vida cotidiana*

	Diferencias relacionadas							
	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media	95% Intervalo de confianza para la diferencia		t	gl	Sig. (bilateral)
				Inferior	Superior			
Postest - dim manejo del estrés - Pretest - dim manejo del estrés	-4,60	3,43	,69	-6,02	-3,19	-6,71	24	,000

Nota. Datos obtenidos del Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA en niños y adolescentes. (Prueba T para muestras relacionadas)

Esta tabla 12, analiza la diferencia de medias en la dimensión de manejo del estrés antes y después del programa, utilizando una prueba T para muestras relacionadas. Se encontró una reducción significativa en la media de -4,60 con un valor p de 0.000, lo que indica una mejora notable en la capacidad de los adolescentes para manejar el estrés después del programa.

IV. DISCUSIÓN

En esta sección se examinan los hallazgos del estudio sobre la eficacia del programa de entrenamiento. La comparación entre las puntuaciones obtenidas antes y después de la intervención revela mejoras significativas en áreas clave como la disciplina positiva, la percepción de las estrategias de socialización parental, y la inteligencia emocional de los adolescentes.

La evaluación de la eficacia del programa se realizó mediante la comparación de las puntuaciones pre y post intervención. Los resultados muestran mejoras significativas en varias áreas clave. Se observó una reducción promedio de -1608 en las puntuaciones de disciplina positiva, lo que indica una mayor percepción de estrategias disciplinarias positivas por parte de los adolescentes después del programa. En cuanto a la socialización parental medida por el ESPA29, las puntuaciones reflejan una mejora significativa en la percepción de las madres, con un aumento promedio de 45,39, aunque la percepción de los padres muestra una disminución significativa con una diferencia media de -4752, lo que podría estar influido por cambios en la dinámica familiar. Además, la inteligencia emocional de los adolescentes mejoró significativamente, con una reducción promedio de -3972 en las puntuaciones del inventario de Bar-On.

El análisis de los resultados revela una mejora significativa en las estrategias de disciplina positiva aplicadas por los adolescentes después de participar en el programa. Este hallazgo es consistente con estudios previos, como el de Cedeño (2020), quien identifica una correlación positiva entre las habilidades parentales y el uso de métodos de disciplina positiva. La mejora en nuestro estudio puede atribuirse a la implementación de un programa estructurado basado en los principios teóricos de Nelsen y Lott, que enfatizan la importancia de la consistencia y la estructura en la disciplina positiva. La metodología del programa, que incluye sesiones prácticas, talleres interactivos y seguimiento individualizado, permite a los adolescentes internalizar mejor las estrategias de disciplina positiva y aplicarlas en su vida diaria. Esta metodología se alinea con la teoría de que los adolescentes aprenden mejor a través de la práctica y la repetición en un entorno estructurado y de apoyo. Además, la inclusión de técnicas específicas de comunicación y resolución de conflictos dentro

del programa refuerza la capacidad de los adolescentes para manejar situaciones desafiantes de manera constructiva y positiva.

Los adolescentes muestran una percepción más positiva y una respuesta favorable hacia las estrategias de socialización parental después de la intervención. Este resultado es paralelo a los hallazgos de Shi et al. (2023), que resaltan la influencia positiva de las respuestas emocionales de los padres en el bienestar emocional de los adolescentes. Espinoza (2020) también destaca la relevancia de los estilos de socialización parental en el desempeño académico y la conducta emocional de los adolescentes. La intervención, que se centró en promover una comunicación abierta y un apoyo emocional constante, parece haber potenciado estos efectos positivos. La metodología aplicada, que incluyó talleres para padres y adolescentes, facilitó un cambio en la percepción y prácticas de los padres, promoviendo un ambiente familiar más armonioso y comprensivo. Este aspecto metodológico, que abarca tanto a los adolescentes como a sus padres, es clave para entender los resultados obtenidos. La participación de los padres en el programa no solo mejoró la dinámica familiar, sino que también proporcionó a los adolescentes modelos de conducta positiva, lo cual es crucial para su desarrollo emocional y social.

Los resultados indican un incremento notable en la inteligencia emocional, tanto intrapersonal como interpersonal, de los adolescentes. Este hallazgo es coherente con los resultados obtenidos por Santa Cruz y D'Angelo (2020), quienes también encontraron que las herramientas basadas en la disciplina positiva tienen un impacto positivo en la inteligencia emocional de los adolescentes. En nuestro estudio, el enfoque en el desarrollo de habilidades emocionales, respaldado por las teorías de inteligencia emocional de Goleman, ha sido fundamental para lograr este incremento. La metodología utilizada, que combina teoría y práctica, permite a los adolescentes comprender y aplicar habilidades emocionales en su vida diaria. Las sesiones de entrenamiento incluyeron ejercicios de autocontrol, empatía, y manejo de emociones, que son componentes esenciales de la inteligencia emocional. La mejora en la inteligencia emocional sugiere que los programas que incorporan el desarrollo de habilidades emocionales pueden ser particularmente efectivos. Además, la implementación de actividades prácticas y dinámicas grupales dentro del programa permitió a los adolescentes practicar y reforzar sus habilidades emocionales en un

entorno seguro y de apoyo, lo cual es un aspecto metodológico importante que considerar. La creación de un espacio donde los adolescentes pueden expresar y manejar sus emociones sin juicio es esencial para el desarrollo de la inteligencia emocional.

Se observa una mejora significativa en la adaptabilidad de los adolescentes a diferentes situaciones y cambios. Este resultado coincide con el estudio de Madueño et al. (2020), que muestra cómo las prácticas de crianza positiva mejoran las habilidades sociales y la adaptabilidad de los adolescentes. La estructura del programa, que fomenta la resolución de problemas y la toma de decisiones en contextos variados, ha sido esencial para lograr estos resultados. La metodología aplicada, que incluye escenarios simulados y ejercicios de role-playing, permitió a los adolescentes experimentar y manejar situaciones diversas, preparándolos mejor para enfrentar desafíos en la vida real. Este hallazgo subraya la importancia de proporcionar a los adolescentes oportunidades para practicar y desarrollar habilidades de adaptabilidad en diferentes contextos. La inclusión de estos elementos metodológicos dentro del programa es crucial para entender la mejora en la adaptabilidad observada. Además, el programa promovió la autoconfianza y la independencia en los adolescentes, lo cual es fundamental para su capacidad de adaptarse a nuevos y diversos entornos.

Finalmente, los adolescentes muestran una mejora notable en la gestión del estrés y la tensión en su vida cotidiana. Este hallazgo es consistente con los resultados de Sánchez (2021), quien encuentra que la disciplina positiva está relacionada con un mejor manejo de las emociones y el estrés. Las técnicas específicas de manejo del estrés incluidas en el programa, basadas en estrategias de autorregulación emocional, han sido efectivas para alcanzar estos resultados. Las sesiones de mindfulness, ejercicios de respiración y técnicas de relajación fueron componentes clave del programa que ayudaron a los adolescentes a desarrollar habilidades de manejo del estrés. La inclusión de estas técnicas es un aspecto metodológico que contribuyó significativamente a los resultados positivos observados. Además, el enfoque en la autorregulación y el autocontrol emocional proporcionó a los adolescentes herramientas prácticas para manejar el estrés y las tensiones diarias, mejorando su bienestar general.

La comparación de nuestros resultados con estudios previos y teorías relacionadas revela coincidencias significativas y algunas diferencias metodológicas. La consistencia de nuestros hallazgos con los estudios de Cedeño (2020) y Shi et al. (2023) subraya la robustez del programa en promover prácticas de disciplina positiva y una mejor socialización parental. Estos resultados están en línea con las teorías de Nelsen y Lott, que abogan por la importancia de la estructura y la consistencia en las prácticas de disciplina positiva. La estructura del programa aplicado, con su enfoque en sesiones regulares y seguimiento continuo, permitió a los participantes internalizar mejor los conceptos y estrategias enseñadas.

Por otro lado, los hallazgos de Santa Cruz y D'Angelo (2020) y Madueño et al. (2020) refuerzan la efectividad del programa en mejorar la inteligencia emocional y la adaptabilidad de los adolescentes. La inclusión de elementos teóricos de Goleman y el enfoque en habilidades prácticas emocionales destacan la relevancia de un enfoque holístico en el desarrollo adolescente. La metodología de nuestro estudio, que combinó teoría con práctica, permitió a los adolescentes no solo comprender los conceptos de inteligencia emocional, sino también aplicarlos de manera efectiva en sus vidas diarias.

Los resultados en la gestión del estrés, comparables con los de Sánchez (2021), sugieren que la incorporación de estrategias de autorregulación emocional puede ser una intervención clave en programas futuros para mejorar el bienestar emocional de los adolescentes. En nuestro estudio, las técnicas de manejo del estrés fueron integradas de manera sistemática y se practicaron regularmente, lo cual es un aspecto metodológico crucial que contribuyó a la efectividad del programa. La atención a la salud mental y el bienestar emocional es esencial en cualquier programa dirigido a adolescentes, y nuestros resultados subrayan la importancia de incluir componentes específicos para el manejo del estrés y la autorregulación emocional.

La metodología empleada en el programa es integral y abarca múltiples dimensiones del desarrollo adolescente. El enfoque en la participación de los padres junto con los adolescentes crea un entorno de apoyo y refuerzo mutuo, esencial para la internalización de las estrategias enseñadas. Los talleres centraron en mejorar la comunicación, la empatía y las técnicas de disciplina positiva, lo cual tuvo un impacto directo en la dinámica familiar. Esta intervención dual es una de las fortalezas

metodológicas del programa, ya que aborda el desarrollo de los adolescentes desde una perspectiva sistémica.

El uso de técnicas de role-playing y escenarios simulados en las sesiones permitió a los adolescentes practicar habilidades en un entorno seguro, lo cual es crucial para su desarrollo emocional y social. Estas técnicas no solo facilitan la comprensión teórica de las estrategias enseñadas, sino que también permiten a los adolescentes experimentar y manejar situaciones reales, mejorando su adaptabilidad y resiliencia. La inclusión de dinámicas grupales también fomentó el sentido de comunidad y apoyo entre los participantes, lo cual es esencial para su bienestar emocional.

Además, el seguimiento individualizado proporcionado a los participantes permitió una adaptación más personalizada del programa a las necesidades específicas de cada adolescente. Este enfoque personalizado es fundamental para abordar las diferencias individuales en el desarrollo emocional y social, asegurando que cada participante reciba el apoyo necesario para su crecimiento. La retroalimentación constante y el ajuste de las estrategias en función de las necesidades individuales son aspectos metodológicos que contribuyeron significativamente a la efectividad del programa.

Los resultados de este estudio no solo demuestran la efectividad del programa a corto plazo, sino que también sugieren un impacto potencial a largo plazo en el desarrollo emocional y social de los adolescentes. La mejora en la disciplina positiva, la inteligencia emocional, la adaptabilidad y la gestión del estrés son habilidades que los adolescentes llevarán consigo a lo largo de su vida, contribuyendo a su bienestar general y éxito.

V. CONCLUSIONES

El propósito general de la investigación, que consistió en evaluar la eficacia de un programa fue alcanzado exitosamente. Los resultados indicaron que el programa no solo resultó efectivo a corto plazo, sino que también mostró potencial para generar un impacto duradero en la vida de los adolescentes. La metodología integral y estructurada del programa, combinando teoría y práctica, así como el enfoque en la participación conjunta de padres e hijos, fue fundamental para lograr estos resultados positivos.

La implementación del programa de entrenamiento en disciplina positiva resultó en una mejora significativa en la percepción de las estrategias de manejo conductual de los adolescentes. Este resultado demostró que el programa influyó de manera efectiva en la adopción de prácticas disciplinarias más constructivas, alineadas con los principios de Nelsen y Lott.

La intervención del programa facilitó un notable cambio en la percepción de los estilos parentales, especialmente en las madres, quienes fueron percibidas como adoptando enfoques más autoritativos. También se observó una reducción en comportamientos autoritarios percibidos en los padres, indicando una mayor disposición a adoptar estilos de crianza más positivos y menos coercitivos.

El programa resultó en un desarrollo significativo de la percepción de la inteligencia emocional de los adolescentes, mejorando notablemente sus capacidades intrapersonales e interpersonales, en línea con los principios de inteligencia emocional de Goleman.

La capacidad de adaptación de los adolescentes mejoró significativamente, con una mayor capacidad para enfrentar y adaptarse a diversas situaciones y cambios tras la intervención del programa.

La intervención del programa permitió a los adolescentes desarrollar habilidades más efectivas para gestionar el estrés, resultando en una mejora significativa en su capacidad para controlar la tensión en su vida cotidiana.

VI. RECOMENDACIONES

Para optimizar el programa de entrenamiento en disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes, se sugiere adoptar un enfoque integral adaptado al contexto local. Esto incluye realizar evaluaciones periódicas, capacitar facilitadores locales, fortalecer colaboraciones con escuelas y organizaciones, desarrollar materiales educativos adaptados, y fomentar investigaciones continuas. Estas acciones asegurarán la efectividad y sostenibilidad del programa, además de contribuir al conocimiento científico.

Se recomienda continuar y expandir programas similares para fomentar estrategias de disciplina positiva en contextos educativos y familiares. La implementación de talleres y sesiones de seguimiento podría maximizar el impacto a largo plazo (Nelsen & Lott, 2020).

Las instituciones educativas deben integrar módulos de socialización parental que promuevan la comunicación y el apoyo emocional entre padres e hijos. Estos módulos deben estar alineados con los hallazgos de Shi et al. (2023), que destacan la importancia de los estilos de crianza autoritativos.

Es fundamental implementar programas de desarrollo emocional en las escuelas, enfatizando la importancia de la inteligencia emocional para el bienestar general de los adolescentes. Los programas deben basarse en las teorías de Goleman (1995) sobre la inteligencia emocional.

Desarrollar actividades extracurriculares que expongan a los adolescentes a situaciones diversas y desafiantes, promoviendo así su adaptabilidad y resiliencia. Estas actividades deben estar diseñadas para fortalecer las habilidades de resolución de problemas y la toma de decisiones en contextos variados.

Incluir técnicas de manejo del estrés en el currículo escolar y ofrecer recursos de apoyo psicológico. Es importante proporcionar a los adolescentes herramientas prácticas para gestionar el estrés de manera efectiva, siguiendo las recomendaciones de Sánchez (2021).

REFERENCIAS

- Amato, P., & Gilbreth, J. (1999). Nonresident fathers and children's well-being: A meta-analysis. *Revista de matrimonio y familia*, 61(3), 557-573. doi:<https://doi.org/10.2307/353560>
- Bar-On, R. (2002). *El Inventario del Cociente Emocional BarOn (EQ-i): Una medida de la inteligencia emocional*. Toronto, Canadá: Multi-Health Systems.
- Bar-On, R. (2006). *The Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A comprehensive emotional intelligence measure*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Carrasco Diaz, S. (2019). *Metodología de la investigación científica. Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación* (19 ed.). Editorial San Marcos E.I.R.L.
- Castaño Mora, Y., & Canaval Erazo, G. E. (2015). Resiliencia del cuidador primario y mejoría clínica. *Entramado*, 11(2), 274-283. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/entra/v11n2/v11n2a21.pdf>
- Catpo Rodas, J. P. (2022). *Propuesta cognitivo conductual en regulación emocional para mejorar la socialización parental en adolescentes de una institución educativa de Trujillo*. [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Obtenido de <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30653/Catpo%20Rodas%20Jhoselyn%20Pamela.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cava Caballero, M. J., & Musitu Ochoa, G. (1998). *La potenciación de la autoestima*. Valencia, [Tesis de doctorado, Universitat de Valencia]. Obtenido de https://www.uv.es/lisis/mjesus/tesis_cava.pdf
- Cedeño Tuárez, N. P. (2020). *Competencias parentales y disciplina positiva en padres de familias de estudiantes de séptimo grado de la escuela Matilde Hidalgo P. Guayaquil, 2020*. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Obtenido de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/51795/Cede%c3%b1o_TNP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences* (2 ed., Vol. 77). New York, States United: Lawrence Erlbaum Associates.
- Coleman, J. C., & Hendry, L. B. (2003). *Psicología de la adolescencia* (4ta ed.). (T. d. Amo, Trad.) Ediciones Morata S.L.
- Condori Paz, J. R. (2020). *Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento en estudiantes de secundaria de cuarto y quinto año de Villa el Salvador*. [Tesis de grado, Universidad Autónoma del Perú]. Obtenido de <https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1030/Condori%20Paz%2c%20Joselyn%20Rossmery.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Creswell, J. (2014). *Diseño de investigación: Enfoques cualitativos, cuantitativos y mixtos* (4ª ed.). Thousand Oaks.
- Cuervo, Á. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6(1), 111 - 121. Recuperado el Diciembre de 2023, de <https://www.redalyc.org/pdf/679/67916261009.pdf>
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *113* (3), 487-496. Departament of psychology Universidad de Temple.
- Defensoría del Pueblo. (25 de 04 de 2020). *Defensoría del Pueblo insta al Estado a reforzar medidas para prevenir la violencia hacia la niñez y adolescencia*. Obtenido de Defensoria del pueblo: <https://n9.cl/1renhg>
- Delgado Santa Gadea, K., Gadea, W., & Vera Quiñonez, S. (2018). *Rompiendo Barreras en la Investigación*. Machala, Ecuador: UTMACH.
- Espinoza García, A. (2020). Estilos de socialización parental en una muestra de adolescentes chilenos. *7*, 46-51. (R. d. Adolescentes, Ed.) Chile. doi:10.21134/rpcna.2020.07.1.6
- Espinoza-García, A. (2020). Estilos de socialización parental en una muestra de adolescentes chilenos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7(1), 46-51. doi:10.21134/rpcna.2020.07.1.6
- Estévez, E., Jiménez, T., & Musitu, G. (2007). *Relaciones entre padres e hijos adolescentes*. Valencia: Nau Llibres - Edicions Culturals Valencianes, S.A.

- Flouri, E. (2008). *Fathering and child outcomes*. Chichester, England: John Wiley & Sons. Maccoby, E. E. doi:10.1002/9780470713228
- García Méndez, M., Rivera Aragón, S., & Reyes Lagunes, I. (2014). La percepción de los padres sobre la crianza de los hijos. *Acta Colombiana de Psicología*, 17(2), 133-141. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79832492014>
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantan Books.
- Guillamón Cano, N. (2012). Modelos teóricos y técnicas de intervención en psicología clínica y de la salud mental. Universidad Oberta de Catalunya.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. d. (2014). *Metodología de la investigación* (VI ed.). Mc Graw Hill Education.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Educación McGraw-Hill.
- Instituto de opinión pública PUPC. (2017). *Estilos de crianza en el Perú: Obediencia y respeto vs responsabilidad y autonomía*.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2015). *Encuesta nacional sobre relaciones sociales (ENARES)*. Perú.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2019). *Encuesta nacional sobre relaciones sociales (ENARES)*.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2023). *Estadísticas de Criminalidad, Seguridad Ciudadana y Violencia, Octubre Diciembre 2023, una visión desde los registros administrativos*. Lima, Perú. Obtenido de <https://m.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/informe-de-seguridad-oct-dic2023.pdf>
- Jara Galvez, K. (2013). Propiedades psicométricas de la escala de estilos de socialización parental en estudiantes de secundaria. *Rev. Psicol. Trujillo*, 15(2), 194-207.

- Jara Gálvez, K. E. (2019). *Estilos de socialización parental y la inteligencia emocional en estudiantes del distrito de Trujillo*. [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Obtenido de https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/8472/Estilos_JaraGalvez_Katia.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Linares, A., & Martínez, J. (2017). *La disciplina positiva en la adolescencia: Un enfoque basado en la evidencia*. Madrid, España: Pirámide.
- Maccoby, E., & Martin, J. (1983). Socialización en el contexto de la familia: interacción entre padres e hijos. 4, 1 - 100. (P. Mussen, & E. Hetherington, Edits.) Manual de psicología infantil: Socialización, personalidad y desarrollo social.
- Madueño Ramos, P., Lévano Muchotrigo, J. R., & Salazar Bonilla, A. E. (2020). *Propósitos y Representaciones*, 8, e234. doi:<https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.234>
- Milicic M, N. (2017). *Educando a los hijos con inteligencia emocional* (1era edición ed.). Santiago de Chile: Ediciones El Mercurio. doi:978-956-7402-82-3
- Ministerio de Educación, Graham, Gina; Hartley, Joan. (2020). *Guía para la elaboración e implementación de las normas de convivencia y las medidas correctivas en la institución educativa desde la disciplina positiva* (1 ed.). Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12799/6982>
- Musitu, G., & Cava, J. M. (2001). *La familia y la educación* (1era edición ed.). Barcelona: Ediciones Octaedro, S.L.
- Musitu, G., & García, F. (2001). *Escala de estilos de socialización parental en la adolescencia*. Madrid- España: TEA Ediciones.
- Nastasa, L. E., & Sala, K. (2012). Adolescent's emotional intelligence and parental styles. (PSIWORLD2011, Ed.) *Procedia - Social and Behavioral Sciences*(33), 478 - 482. doi:10.1016/j.sbspro.2012.01.167
- Nelsen, J., & Lott, L. (2020). *Disciplina positiva para adolescentes*. Barcelona, España: Medici.

- Organización Panamericana de la Salud. (2013). Rutas de Aprendizaje del Programa Familias Fuertes: Amor y Límites. Obtenido de <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52010>
- Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Familias Fuertes: Amor y Límites*. Obtenido de <https://www.paho.org/es/noticias/7-11-2022-familias-fuertes-amor-limites>
- Palacios Yamakawa, D. (2019). *Estilos de socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes de educación secundaria de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Obtenido de <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/3293>
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S., & Duskin Felman, R. (2009). *Psicología del desarrollo, de la infancia a la adolescencia* (11 ed.). McGraw Gill.
- Pérez Gómez, O. (2013). *Socialización Parental en adolescentes*. [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar], Mexico. Obtenido de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/24/Perez-Orlando.pdf>
- Rocha Gómez, C. D. (2018). *Estilos de Socialización parental y conducta antisocial delictiva en adolescentes del distrito de Trujillo*. La Libertad, [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Recuperado el 2023, de https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11356/rocha_mch.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Salovey, P., & Jhon, M. (1990).
- Sánchez Cotrina, M. V. (2021). *Disciplina positiva e inteligencia emocional en los estudiantes de la Institución Educativa Particular Jorge Basadre Grohmann, Ferreñafe*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/70420>
- Santa Cruz, F. F., & D'Angelo, G. (15 de setiembre de 2020). Disciplina positiva para el desarrollo de habilidades emocionales. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322020000200005

Save the children. (01 de 07 de 2016). *Save the Children*. Obtenido de <https://www.savethechildren.org.pe/noticias/docentes-de-huanuco-son-capacitados-en-disciplina-positiva-para-la-crianza-sin-violencia-de-ninos-ninas-y-adolescentes/>

Servicio PAD. (Marzo de 2023). *Los conflictos en la adolescencia: cómo ayudarles a resolverlos con recursos y habilidades*. Obtenido de Servicio PAD: <https://serviciopad.es/los-conflictos-la-adolescencia-ayudarles-resolverlos-recursos-habilidades/>

Shi, Z., Qu, Y., Yan, Y., & Wang, Q. (2023). *Reacciones de las madres chinas ante las emociones positivas de los adolescentes: relaciones con el ajuste emocional de los adolescentes y los objetivos de socialización de las madres*. China. doi:<https://doi.org/10.1007/s10964-023-01924-1>

Tamayo, M. (2014). *El proceso de la investigación científica* (5 ed.). Limusa.

Vargas-Rubilar, J., Richaud, M. C., & Oros, L. B. (Abril de 2018). Programa de promoción de la parentalidad positiva en la escuela: un estudio preliminar en un contexto de vulnerabilidad social. (W. T. Agudelo, Ed.) *Pensando Psicología*, 14(23). doi:<https://doi.org/10.16925/issn.1900-3099>

ANEXOS

Anexo 1: Tabla de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Programa de entrenamiento	Conjunto estructurado y planificado de acciones, estrategias y actividades diseñadas para lograr un objetivo específico, generalmente relacionado con el cambio de comportamiento la mejora de habilidades o la solución de problemas dentro de una población determinada. (Guillamón, 2012)				
Disciplina positiva (V.D)	Consiste en la formación de individuos que se desarrollen a nivel personal y colectivo, de manera adecuada, con independencia, capacidad, cooperación y responsabilidad (Iglesias, 2005). Este método de crianza se enfoca en construir relaciones positivas, comunicación efectiva y utilizar	Medible a través de un cuestionario, aplicable a adolescentes de 12 a 18 años. Tiene 5 dimensiones 21 ítems y valorado a través de escala Likert.	Identificar objetivos a largo plazo	Desarrollan autodisciplina Comunicar claramente los límites Enseñar habilidades para la vida Seguridad emocional	Técnica: Encuesta Instrumento: cuestionario
			Brindar calidez	Amor incondicional Afecto verbal y físico	Escala nominal

	consecuencias naturales y lógicas. Se fundamenta en teorías como la del apego, la inteligencia emocional y la justicia restaurativa (Nelsen & Lott, 2020).			Respeto por el nivel de desarrollo Sensibilidad ante las necesidades de cada niño y adolescente Empatía con los sentimientos del adolescente	tipo Likert (1) Nunca (2) Raramente (3) A veces (4) Frecuentemente (5) Muy frecuentemente
			Brindar estructura	Lineamientos claros para el comportamiento Expectativas claramente expresadas Razones claramente explicadas Apoyo para ayudar al adolescente a tener éxito. Motivación para la negociación del pensamiento independiente.	
			Entender cómo piensan y cómo sienten	Respeto por los pensamientos Libertad de pensamiento Respeto por los sentimientos Libertad emocional	

			Resolución de problemas	<p>Comprender cada comportamiento Enfocarse en la solución Brindar herramientas</p> <p>Asertividad</p> <p>Prevención y solución de conflictos Capacidad de gestionar situaciones emocionales</p>	
Estilos de socialización parental (V.D)	La manera constante en que los padres interactúan con sus hijos en diversas situaciones cotidianas y cómo estos patrones impactan la relación entre padres e hijos, así como a los individuos involucrados, como mencionan Musitu y García (2004).	Aprendizajes culturales transmitidos de padres a hijos que se medirán a través de la escala de socialización parental ESPA29 de Musitu y Gracia (2001) que consta de 29 ítems y 2 dimensiones	<p>Aceptación/ Implicación</p> <p>Coerción/ Imposición</p>	<p>Afecto (me muestra cariño) 13 ítems</p> <p>Dialogo (habla conmigo) 16 ítems</p> <p>Indiferencia (Se muestra indiferente): 13 ítems</p> <p>Displicencia (Le da igual): 16 ítems</p> <p>Privación (Me priva de algo): 16 ítems</p> <p>Coerción verbal (Me riñe): 16 ítems</p> <p>Coerción física (Me pega): 16 ítems</p>	<p>Escala Ordinal tipo Likert</p> <p>1 - Nunca</p> <p>2 - Algunas veces</p> <p>3 - Muchas veces</p> <p>4 - Siempre</p> <p>(Total de 106 ítems por escala)</p>
	Se refiere a la capacidad de percibir, comprender y	Se operacionaliza la medición de la	Intrapersonal	Comprende sus emociones con facilidad	Escala ordinal tipo Likert 1 - Muy rara vez

Inteligencia emocional (V.D)	regular las propias emociones y las de los demás, así como utilizar estas emociones para guiar el pensamiento y el comportamiento de manera efectiva. Es un constructo multidimensional que se refiere a la capacidad de percibir, comprender, valorar y expresar emociones propias y ajenas, así como de regularlas de forma efectiva para promover el bienestar propio y social (Mayer y Salovey, 1997).	inteligencia emocional a través del Inventario de Inteligencia Emocional de Bar-On, versión para adolescentes (EQ-i:YV). Evalúa múltiples dimensiones de la inteligencia emocional en adolescentes.		Expresa sus sentimientos y emociones sin dañar sentimientos de los demás	2 - Rara vez 3 - A menudo 4 - Muy a menudo (Total de 60 ítems)
				Reconoce sus aspectos positivos y negativos	
			Interpersonal	Mantiene relaciones interpersonales satisfactorias	
				Demuestra una escucha activa a los demás	
				Comprende con facilidad los sentimientos de los demás	
			Adaptabilidad	Demuestra flexibilidad en el manejo de sus actitudes	
				Se adapta con facilidad a los cambios ambientales	
				Aplica estrategias en la solución de problemas cotidianos	
			Manejo del estrés	Demuestra calma y tranquilidad ante situaciones adversas	
				Demuestra control de sus impulsos	
				Responde adecuadamente en eventos estresantes	

				Se sienten satisfechos con su vida	
			Estado general del ánimo.	Mantiene una actitud positiva a pesar de la adversidad y los sentimientos negativos	
				Son visionarias y optimistas	
			Impresión positiva	Expresa una impresión positiva de sí misma	

Anexo 2: Matriz de consistencia

Título	Enunciado	Objetivos	Hipótesis	Variables	Dimensiones	Metodología
Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes . Huánuco	El programa de entrenamiento en disciplina positiva es eficaz para la socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes . Huánuco	<p><u>OBJETIVO GENERAL</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento en disciplina positiva para la socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco. <p><u>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluar la eficacia del programa en el desarrollo y aplicación de estrategias de disciplina positiva por parte de los adolescentes. • Evaluar la eficacia del programa en la percepción y respuesta de los adolescentes a las estrategias de socialización parental. (aceptación/implicación y coerción/imposición). • Evaluar la eficacia del programa en el crecimiento de la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal de los adolescentes. • Evaluar la eficacia del programa en el aumento de la adaptabilidad de los adolescentes a diferentes situaciones y cambios. • Evaluar la eficacia del programa en la gestión efectiva del estrés y la tensión en la vida cotidiana de los adolescentes. 	H1: El programa de entrenamiento en disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional, para adolescentes, presenta una eficacia significativa.	<p>Disciplina positiva</p> <p>Socialización parental</p> <p>Inteligencia emocional</p>	<p>Identificar objetivos a largo plazo. Brindar calidez. Brindar estructura. Entender cómo piensan y cómo sienten. Resolución de problemas.</p> <p>Aceptación/ Implicación</p> <p>Coerción/ Imposición</p> <p>Intrapersonal Interpersonal Adaptabilidad Manejo del estrés Estado general del ánimo Impresión positiva</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño: preexperimental • Población: 75 adolescentes entre 12 a 18 años • Muestra: 25 adolescentes • Muestreo: por conveniencia • Técnicas o instrumentos de recolección de datos: encuesta • Método de análisis de investigación IBM SPSS Statistics 29.

Anexo 3: Prueba de normalidad disciplina positiva, estilos parentales e inteligencia emocional

	Kolmogórov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Pre Test - Disciplina positiva	,286	25	,000	,816	25	,000
Postest - Disciplina positiva	,135	25	,200	,957	25	,362
Pretest - Escala Aceptación /implicación	,098	44	,200*	,966	44	,209
Postest - Escala Aceptación /implicación	,082	44	,200*	,977	44	,530
Pretest - Escala Coerción / imposición	,153	44	,011	,882	44	,000
Postest - Escala Coerción / imposición	,173	44	,002	,881	44	,000
Pretest - Dimensión intrapersonal	,129	25	,200	,969	25	,632
Postest - Dimensión intrapersonal	,158	25	,100	,949	25	,232
Pretest - Dimensión interpersonal	,114	25	,200	,946	25	,208
Postest - Dimensión interpersonal	,106	25	,200	,983	25	,933
Pretest - Dimensión adaptabilidad	,112	25	,200	,969	25	,613
Postest - Dimensión adaptabilidad	,211	25	,006	,911	25	,032
Pretest - Dimensión Manejo del estrés	,176	25	,044	,956	25	,333
Postest - Dimensión Manejo del estrés	,114	25	,200	,978	25	,832

Nota. Corrección de la significación de Lilliefors

La prueba de normalidad de Shapiro Wilk nos indica que la información recepcionada por la prueba disciplina positiva posterior a la aplicación del programa siguen una distribución normal a diferencia de la información recopilada antes de la prueba, las cuales no siguen una distribución normal. Los datos obtenidos en la escala de aceptación/implicación antes y después de la aplicación de la encuesta siguen una distribución normal a diferencia de la escala coerción/imposición las cuales no siguen una distribución normal. Las dimensiones intrapersonal e interpersonal siguen distribución normal. La dimensión adaptabilidad antes de la aplicación del programa siguen una distribución normal y posterior a la aplicación del programa, no siguen una distribución normal. La dimensión del manejo del estrés tanto antes y después de la aplicación del programa siguen una distribución normal.

Anexo 4: Prueba no paramétrica de diferencia de medianas para muestras relacionadas (disciplina positiva, dimensión coerción/imposición, dimensión adaptabilidad)

Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
La mediana de las diferencias entre Pre y post test - Disciplina positiva es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo de muestras relacionadas	,000	rechazar la hipótesis nula
La mediana de las diferencias entre Pre y post test -Pretest de la dimensión Imposición/Coerción es igual a 0.	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo de muestras relacionadas	,000	rechazar la hipótesis nula
La mediana de las diferencias entre Pre y post test - de la dimensión adaptabilidad es igual a 0	Prueba de Wilcoxon de los rangos con signo de muestras relacionadas	,000	Rechazar la hipótesis nula

El análisis no paramétrico demuestra que los resultados obtenidos en la encuesta Disciplina Positiva antes y después del programa son significativamente diferentes, tal resultado también se refleja en el análisis comparativo entre la dimensión Adaptabilidad de la encuesta Inventario de inteligencia emocional de Bar-On ICE - NA y la dimensión Imposición/Coerción del cuestionario de Estilos Parentales Espa29

Anexo 5: Instrumentos de recolección de datos – Disciplina positiva

Cuestionario de disciplina positiva para adolescentes										
A continuación, se presenta una serie de preguntas que tienen que ver con tus padres u apoderados. Por favor coloca una (X) en el cuadrado que mejor los describe, teniendo en cuenta lo siguiente:										
(1) Nunca (2) Raramente (3) A veces (4) Frecuentemente (5) Muy frecuentemente										
Variable Disciplina positiva						Escala de valoración				
						1	2	3	4	5
Dimensión: Identificar objetivos a largo plazo										
1	Desarrollar autodisciplina	Cumplo con las promesas que hago								
2	Comunicar claramente los límites	Sé cuáles son las normas en el aula y en mi familia								
3	Enseñar habilidades para la vida	Mis padres me enseñan a ser mejor persona cada día								
Dimensión: Brindar calidez										
4	Seguridad emocional	Paso mucho tiempo con mis padres y nos divertimos juntos								
5	Amor incondicional	Mis padres me aman sin importar cuantos errores cometa								
6	Afecto verbal y físico	Mis padres me dicen que me quieren con un beso o abrazo								
7	Respeto por el nivel de desarrollo	Mis padres comprenden la etapa en la que me encuentro								
8	Sensibilidad ante las necesidades del adolescente	Mis padres me brindan su apoyo cuando lo necesito								
9	Empatía con los sentimientos del adolescente	Me siento escuchado/a por mis padres								
Dimensión: Brindar estructura										
10	Lineamientos claros para el comportamiento	En mi familia cada uno sabe lo que tiene que hacer								
11	Expectativas claramente expresadas	Reconozco fácilmente lo que mis padres esperan de mí								
12	Razones claramente explicadas	En mi familia las normas son importantes								
13	Apoyo para ayudar al adolescente a tener éxito	Mis padres me dan toda la información que necesito para tomar buenas decisiones								
14	Motivación para la negociación del pensamiento independiente	Mis padres reconocen y aprecian mis esfuerzos, aunque no sean perfectos								
Dimensión: Entender cómo piensan y cómo sienten										
15	Respeto por los pensamientos	Siento que mis padres respetan mi manera de pensar								
16	Libertad de pensamiento	Puedo decir lo que pienso con facilidad								
17	Respeto por los sentimientos	Mis padres comprenden como me siento								
18	Libertad emocional	Generalmente mis padres tienen en cuenta mis sentimientos								
Dimensión: Resolución de problemas										
19	Comprender cada comportamiento	Mis padres tratan de ponerse en mi lugar para entenderme								
20	Enfocarse en la solución	Mis padres me enseñan cual es la mejor solución ante cada problema								
21	Brindar herramientas	Mis padres me orientan en cada paso que doy								
Por tu colaboración, muchas gracias.										

13	Si le informa alguno de los profesores de que me porto mal en clase.	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4
14	Si cuido mis cosas y voy limpio y aseado.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
15	Si digo una mentira y me descubren	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4
16	Si respeto los horarios establecidos en mi casa.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
17	Si me quedo por ahí con mis amigos(as) y llego tarde a la casa	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4
18	Si ordeno y cuido las cosas en mi casa.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
19	Si me peleo con algún amigo o alguno de mis vecinos.	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4
20	Si me pongo furioso y pierdo el control por algo que me ha salido malo por algo que no he podido obtener	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4
21	Cuando no como las cosas que me ponen en la mesa.	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4
22	Si mis amigos o cualquier persona le dicen que soy buen compañero.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
23	Si habla con alguno de mis profesores y recibe algún informe del colegio que me porto bien.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
24	Si estudio lo necesario y hago los deberes y tareas del colegio.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
25	Si fastidio en casa y no dejo que mis padres vean las noticias o el partido de fútbol.	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4
26	Si soy desobediente.	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4
27	Si como todo lo que ponen en la mesa.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
28	Si no falto nunca a clase y llego todos los días puntual.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
29	Si alguien viene a visitarnos a casa a visitarnos y hago ruido y molesto	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4

CUESTIONARIO (ESPA29)

NOMBRE: _____

FECHA: _____

EDAD: _____

GRADO: _____

SEXO: _____

A continuación, encontraras una serie de situaciones que pueden tener lugar en tu familia. Estas situaciones se refieren a las formas en la que los padres responden cuando tú haces algo. Lee atentamente las situaciones y contesta a cada una de ellas con la mayor sinceridad posible. No hay respuestas correctas, lo que más vale es la sinceridad.

SI TIENES ALGUNA DUDA, CONSULTA CON LA RESPONSABLE ANTES O DURANTE LA RESOLUCIÓN DEL CUESTIONARIO.

1	2	3	4
Nunca	Algunas veces	Muchas veces	Siempre

	Enunciado	Madre				
1	Si obedezco las cosas que me manda	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
2	Si no estudio o no quiero hacer los deberes que me mandan en el colegio.	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4
3	Si viene alguien a visitarnos a casa y me porto con cortesía	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
4	Si rompo o estropeo alguna cosa de mi casa.	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4
5	Si traigo a casa el boletín de notas a final de curso con buenas calificaciones.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
6	Si voy sucio y desastrado.	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4
7	Si me porto adecuadamente en casa y no interrumpo sus actividades.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
8	Si se entera que he roto o estropeado alguna cosa de otra persona, o en la calle.	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4
9	Si traigo a casa el boletín de notas al final del curso con algún suspenso.	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4
10	Si al llegar la noche vuelvo a casa a la hora acordada, sin retraso	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
11	Si me marchó de casa para ir a algún sitio, sin pedirle permiso a nadie.	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4
12	Si me quedo levantado hasta muy tarde, por ejemplo, viendo televisión	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4

13	Si le informa alguno de los profesores de que me porto mal en clase.	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4
14	Si cuido mis cosas y voy limpio y aseado.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
15	Si digo una mentira y me descubren	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4
16	Si respeto los horarios establecidos en mi casa.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
17	Si me quedo por ahí con mis amigos(as) y llego tarde a la casa	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4
18	Si ordeno y cuido las cosas en mi casa.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
19	Si me peleo con algún amigo o alguno de mis vecinos.	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4
20	Si me pongo furioso y pierdo el control por algo que me ha salido malo por algo que no he podido obtener	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4
21	Cuando no como las cosas que me ponen en la mesa.	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4
22	Si mis amigos o cualquier persona le dicen que soy buen compañero.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
23	Si habla con alguno de mis profesores y recibe algún informe del colegio que me porto bien.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
24	Si estudio lo necesario y hago los deberes y tareas del colegio.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
25	Si fastidio en casa y no dejo que mis padres vean las noticias o el partido de fútbol.	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4
26	Si soy desobediente.	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4	Me priva de algo 1 2 3 4
27	Si como todo lo que ponen en la mesa.	Se muestra indiferente 1 2 3 4	Me muestra cariño 1 2 3 4			
28	Si no falto nunca a clase y llego todos los días puntual.	Me muestra cariño 1 2 3 4	Se muestra indiferente 1 2 3 4			
29	Si alguien viene a visitarnos a casa a visitarnos y hago ruido y molesto	Me priva de algo 1 2 3 4	Habla conmigo 1 2 3 4	Le da igual 1 2 3 4	Me riñe 1 2 3 4	Me pega 1 2 3 4

Anexo 7: Instrumentos de recolección de datos – BarOn: NA

Nombre: _____ Edad: _____ Sexo: _____
 Colegio : _____ Estatal () Particular ()
 Grado : _____ Fecha: _____

INVENTARIO EMOCIONAL BarOn: NA



Adaptado por Dra. Nelly Ugarriza Chávez

INSTRUCCIONES

Lee cada oración y elige la respuesta que mejor te describe, hay cuatro posibles respuestas:

1. Muy rara vez
2. Rara vez
3. A menudo
4. Muy a menudo

Dinos cómo te sientes, piensas o actúas **LA MAYOR PARTE DEL TIEMPO EN LA MAYORÍA DE LUGARES**. Elige una, y sólo UNA respuesta para cada oración y coloca un ASPA sobre el número que corresponde a tu respuesta. Por ejemplo, si tu respuesta es “Rara vez”, haz un ASPA sobre el número 2 en la misma línea de la oración. Esto no es un examen; no existen respuestas buenas o malas. Por favor haz un ASPA en la respuesta de cada oración.

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
1.	Me gusta divertirme.				
2.	Soy muy bueno (a) para comprender cómo la gente se siente.				
3.	Puedo mantener la calma cuando estoy molesto.				
4.	Soy feliz.				
5.	Me importa lo que les sucede a las personas.				
6.	Me es difícil controlar mi cólera.				
7.	Es fácil decirle a la gente cómo me siento.				
8.	Me gustan todas las personas que conozco.				
9.	Me siento seguro (a) de mí mismo (a).				
10.	Sé cómo se sienten las personas.				
11.	Sé cómo mantenerme tranquilo (a).				
12.	Intento usar diferentes formas de responder las preguntas difíciles.				
13.	Pienso que las cosas que hago salen bien.				
14.	Soy capaz de respetar a los demás.				
15.	Me molesto demasiado de cualquier cosa.				
16.	Es fácil para mí comprender las cosas nuevas.				
17.	Puedo hablar fácilmente sobre mis sentimientos.				
18.	Pienso bien de todas las personas.				

		Muy rara vez	Rara vez	A menudo	Muy a menudo
19.	Espero lo mejor.				
20.	Tener amigos es importante.				
21.	Peleo con la gente.				
22.	Puedo comprender preguntas difíciles.				
23.	Me agrada sonreír.				
24.	Intento no herir los sentimientos de las personas.				
25.	No me doy por vencido (a) ante un problema hasta que lo resuelvo.				
26.	Tengo mal genio.				
27.	Nada me molesta.				
28.	Es difícil hablar sobre mis sentimientos más íntimos.				
29.	Sé que las cosas saldrán bien.				
30.	Puedo dar buenas respuestas a preguntas difíciles.				
31.	Puedo fácilmente describir mis sentimientos.				
32.	Sé cómo divertirme.				
33.	Debo decir siempre la verdad.				
34.	Puedo tener muchas maneras de responder una pregunta difícil, cuando yo quiero.				
35.	Me molesto fácilmente.				
36.	Me agrada hacer cosas para los demás.				
37.	No me siento muy feliz.				
38.	Puedo usar fácilmente diferentes modos de resolver los problemas.				
39.	Demoro en molestarme.				
40.	Me siento bien conmigo mismo (a).				
41.	Hago amigos fácilmente.				
42.	Pienso que soy el (la) mejor en todo lo que hago.				
43.	Para mí es fácil decirle a las personas cómo me siento.				
44.	Cuando respondo preguntas difíciles trato de pensar en muchas soluciones.				
45.	Me siento mal cuando las personas son heridas en sus sentimientos.				
46.	Cuando estoy molesto (a) con alguien, me siento molesto (a) por mucho tiempo.				
47.	Me siento feliz con la clase de persona que soy.				
48.	Soy bueno (a) resolviendo problemas.				
49.	Para mí es difícil esperar mi turno.				
50.	Me divierte las cosas que hago.				
51.	Me agradan mis amigos.				
52.	No tengo días malos.				
53.	Me es difícil decirle a los demás mis sentimientos.				
54.	Me fastidio fácilmente.				
55.	Puedo darme cuenta cuando mi amigo se siente triste.				
56.	Me gusta mi cuerpo.				
57.	Aun cuando las cosas sean difíciles, no me doy por vencido.				
58.	Cuando me molesto actúo sin pensar.				
59.	Sé cuándo la gente está molesta aun cuando no dicen nada.				
60.	Me gusta la forma como me veo.				

Anexo 8: Fichas de validación de instrumentos para la recolección de datos

Ficha de validación de contenido para un instrumento

INSTRUCCIÓN: A continuación, se le hace llegar el instrumento de recolección de datos (Cuestionario/Guía de entrevista) que permitirá recoger la información en la presente investigación **Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco**

Por lo que se le solicita que tenga a bien evaluar el instrumento, haciendo, de ser caso, las sugerencias para realizar las correcciones pertinentes. Los criterios de validación de contenido son:

Criterios	Detalle	Calificación
Suficiencia	El/la ítem/pregunta pertenece a la dimensión/subcategoría y basta para obtener la medición de esta	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Claridad	El/la ítem/pregunta se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Coherencia	El/la ítem/pregunta tiene relación lógica con el indicador que está midiendo	1: de acuerdo 0: en desacuerdo
Relevancia	El/la ítem/pregunta es esencial o importante, es decir, debe ser incluido.	1: de acuerdo 0: en desacuerdo

Nota. Criterios adaptados de la propuesta de Escobar y Cuervo (2008)

**Matriz de validación del cuestionario/guía de entrevista de la
variable/categoría Programa de entrenamiento para disciplina positiva,
socialización parental e inteligencia emocional**

Definición de la variable/categoría:

Programa de entrenamiento: Conjunto estructurado y planificado de acciones, estrategias y actividades diseñadas para lograr un objetivo específico, generalmente relacionado con el cambio de comportamiento la mejora de habilidades o la solución de problemas dentro de una población determinada. (Guillamón, 2012)

Disciplina positiva: Consiste en la formación de individuos que se desarrollen a nivel personal y colectivo, de manera adecuada, con independencia, capacidad, cooperación y responsabilidad (Iglesias, 2005). Este método de crianza se enfoca en construir relaciones positivas, comunicación efectiva y utilizar consecuencias naturales y lógicas. Se fundamenta en teorías como la del apego, la inteligencia emocional y la justicia restaurativa (Nelsen & Lott, 2020).

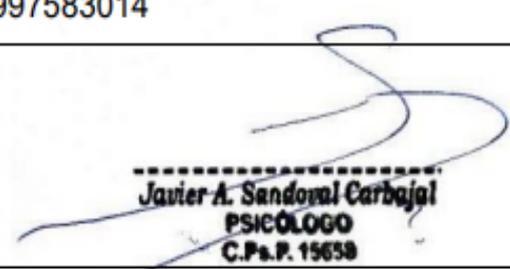
Estilos de socialización parental: La manera constante en que los padres interactúan con sus hijos en diversas situaciones cotidianas y cómo estos patrones impactan la relación entre padres e hijos, así como a los individuos involucrados, como mencionan Musitu y García (2004).

Inteligencia emocional: Se refiere a la capacidad de percibir, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, así como utilizar estas emociones para guiar el pensamiento y el comportamiento de manera efectiva. Es un constructo multidimensional que se refiere a la capacidad de percibir, comprender, valorar y expresar emociones propias y ajenas, así como de regularlas de forma efectiva para promover el bienestar propio y social (Mayer y Salovey, 1997).

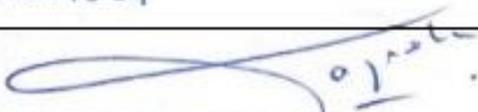
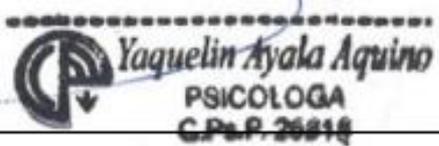
Dimensión	Objetivo de la dimensión	Indicador	Ítem	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observación
Todas	Presentar el programa, establecer expectativas y comprender los conceptos básicos de disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.	Psicoeducación	Sesión 1: introducción y marco conceptual	1	1	1	1	
Aceptación/ implicación	Desarrollar habilidades de comunicación asertiva y retroalimentación efectiva para mejorar las relaciones interpersonales.	Role-playing para la escucha activa y la expresión de sentimientos.	Sesión 2: comunicación asertiva	1	1	1	1	
Adaptabilidad		Técnicas de comunicación asertiva y retroalimentación.		1	1	1	1	
Interpersonal	Fortalecer la capacidad de identificar, comprender y expresar emociones propias y ajenas para fomentar relaciones empáticas y comprensivas.	Ejercicios de identificación y etiquetado de emociones.	Sesión 3: empatía y comprensión emocional	1	1	1	1	
Identificar objetivos a largo plazo, brindar calidez, brindar estructura, resolución de problemas	Implementar estrategias de disciplina positiva para fomentar la autorregulación, el respeto mutuo y la responsabilidad en el hogar.	Análisis de casos prácticos y soluciones basadas en la disciplina positiva.	Sesión 4: estrategias de disciplina positiva	1	1	1	1	
Coerción/ imposición		Creación de un plan familiar de disciplina positiva.		1	1	1	1	

Resolución de problemas familiares, técnicas de compromiso	Desarrollar habilidades para la resolución pacífica de conflictos en el entorno familiar.	Role-playing para identificación y resolución de conflictos.	Sesión 5: resolución de conflictos	1	1	1	1	
Entender cómo piensan y cómo sienten, identificar objetivos a largo plazo	Empoderar a los adolescentes para que desarrollen autonomía, responsabilidad y un sentido de autosuficiencia.	Taller sobre el balance entre libertad y responsabilidad.	Sesión 6: fomento de la autonomía y la responsabilidad	1	1	1	1	
Manejo del estrés	Desarrollar habilidades para el manejo del estrés y la regulación emocional en el contexto familiar.	Ejercicios de relajación y mindfulness.	Sesión 7: gestión del estrés y regulación emocional	1	1	1	1	
Adaptabilidad	Fortalecer los vínculos familiares y fomentar el bienestar emocional a través de actividades recreativas compartidas.	Juegos y dinámicas recreativas en familia.	Sesión 8: actividades recreativas en familia	1	1	1	1	
Intrapersonal	Promover la reflexión personal y el crecimiento intrapersonal a partir de las experiencias y aprendizajes del programa.	Sesión de reflexión personal y escritura de diarios.	Sesión 9: trabajo individual: reflexión y crecimiento	1	1	1	1	
Identificar objetivos a largo plazo, brindar calidez, brindar estructura, entender cómo piensan y cómo sienten, resolución de problemas	Evaluar el impacto del programa y establecer planes de acción para continuar aplicando las estrategias de disciplina positiva y crianza respetuosa en el hogar.	Evaluación del programa y creación de planes de acción.	Sesión 10: evaluación y plan de acción a futuro	1	1	1	1	

Ficha de validación de juicio de experto 1

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	Javier Alexander Sandoval Carbajal
Documento de identidad	42357308
Años de experiencia en el área	9 años
Máximos grado académico	Maestría
Nacionalidad	Peruano
Institución	Universidad Tecnológica del Perú
Cargo	Docente pregrado
Número telefónico	997583014
Firma	 <p>----- Javier A. Sandoval Carbajal PSICÓLOGO C.Ps.P. 15638</p>
Fecha	15 de junio del 2024

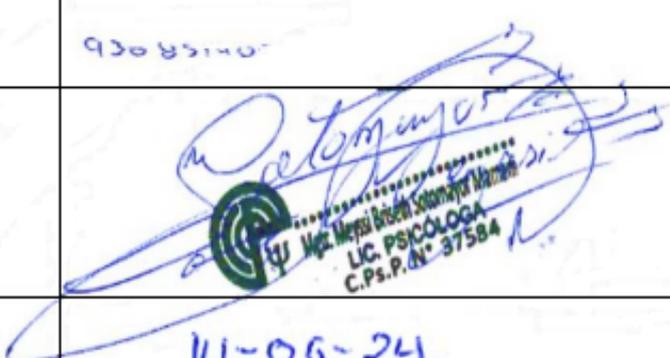
Ficha de validación de juicio de experto 2

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	YAQUELIN AYALA AQUINO
Documento de identidad	70503704
Años de experiencia en el área	CINCO AÑOS
Máximo grado académico	MAGISTER
Nacionalidad	PERUANA
Institución	PSICOLOGA DE LA UNIDAD DISTRITAL DE VICTIMAS Y TESTIGOS - SEDE POUCAHUAMBO
Cargo	PSICOLOGA
Número telefónico	987547524
Firma	 
Fecha	17-06-24

Ficha de validación de juicio de experto 3

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	Betsaido Farfán Blanco
Documento de identidad	47098067
Años de experiencia en el área	7 años
Máximo grado académico	Magister
Nacionalidad	Peruana
Institución	C.S.M.C Virgen del Rosario
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	994746437
Firma	 <p>Betsaido Farfán Blanco PSICOLOGA C.P.S.C. 39675</p>
Fecha	14 de junio del 2024

Ficha de validación de juicio de experto 4

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	Meysa Brisseth Sotomayor Mamani
Documento de identidad	48053643.
Años de experiencia en el área	4 años
Máximo grado académico	Doctorando / magister.
Nacionalidad	PERUANA
Institución	Centro psicológico psicología y
Cargo	Docente
Número telefónico	93085140
Firma	
Fecha	11-06-24.

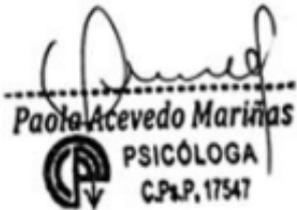
Ficha de validación de juicio de experto 5

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	Kateryne Giubell Enriquez Jota
Documento de identidad	45224372
Años de experiencia en el área	8 años
Máximo grado académico	Magister
Nacionalidad	Peruana
Institución	CS. Florencia de Mora Parte Alta
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	966212469
Firma	 <p style="text-align: center;"> <small>REGION LA LIBERTAD GERENCIA REGIONAL DE SALUD UTES Nº 0715 C.S. FLORENCIA DE MORA PARTE ALTA</small> </p> <p> Mg. Ps. Kateryne Giubell Enriquez Jota Psicóloga – Terapeuta, CNP 16710 Jefe del C.S. Florencia De Mora Parte Alta </p>
Fecha	19/06/2024

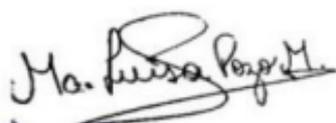
Ficha de validación de juicio de experto 6

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	DIANA BRISEIDA PICHON AGUILAR
Documento de identidad	45487983
Años de experiencia en el área	9 AÑOS
Máximo grado académico	MAGISTER
Nacionalidad	PERUANA
Institución	HOSPITAL DISTRITAL EL ESFUERZO
Cargo	PSICÓLOGA
Número telefónico	941406328
Firma	 Diana Pichón Aguilar PSICOLOGA CPs.P. 20762
Fecha	15/06/2024

Ficha de validación de juicio de experto 7

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	Paola Magali Acevedo Mariñas
Documento de identidad	41321746
Años de experiencia en el área	10 años
Máximo grado académico	Maestro
Nacionalidad	Peruana
Institución	Red de Salud Trujillo
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	957227232
Firma	 <p>Paola Acevedo Mariñas PSICÓLOGA C.P.P. 17547</p>
Fecha	15/06/2024

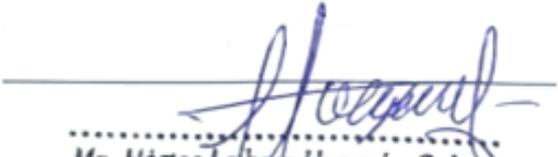
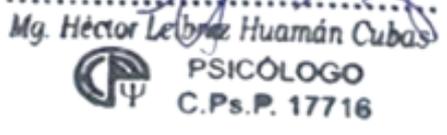
Ficha de validación de juicio de experto 8

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	María Luisa Pozo Madrid
Documento de identidad	43359334
Años de experiencia en el área	8 años
Máximo grado académico	Maestría
Nacionalidad	Peruana
Institución	Colegio privado
Cargo	Psicóloga
Número telefónico	998-444-538
Firma	 <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> Lic. María Luisa Pozo Madrid C.Ps.P. 23578 Psicóloga
Fecha	29/06/2024

Ficha de validación de juicio de experto 9

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	QUISPE MAITRE, MARIBEL DEL ROCÍO
Documento de identidad	43831689
Años de experiencia en el área	12 AÑOS
Máximos grado académico	MAESTRÍA
Nacionalidad	PERUANA
Institución	MINISTERIO DE LA MUJER Y POBLACIONES VULNERABLES
Cargo	PROMOTORA SOCIAL
Número telefónico	904 130 292
Firma	
Fecha	25/06/2024

Ficha de validación de juicio de experto 10

Nombre del instrumento	Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.
Objetivo del instrumento	Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes. Huánuco
Nombres y apellidos del experto	Héctor Leibniz Huamán Cubas
Documento de identidad	41458534
Años de experiencia en el área	11 años
Máximo grado académico	Magíster
Nacionalidad	Peruana
Institución	Centro de Salud Materno infantil "Sagrado Corazón"
Cargo	Psicólogo
Número telefónico	992881315
Firma	 
Fecha	19 de junio del 2024

Anexo 9: Programa de entrenamiento

PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA DISCIPLINA POSITIVA, SOCIALIZACIÓN PARENTAL E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES. HUÁNUCO

I. Datos generales

Denominación del programa : **Conexiones positivas:** Fortaleciendo vínculos familiares a través de la disciplina y la inteligencia emocional.

Institución : Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”

Beneficiarios : Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años

Nro. de participantes : 25

Horario : Lunes 7:30 a.m. a 9:00 a.m.

Sábado 4:00 p.m. a 5:30 p.m.

Responsable del programa : Lic. Yessica Hidalgo Jara

II. Fundamentación

El entorno familiar y las relaciones dentro del hogar son fundamentales para el desarrollo emocional y social de los adolescentes. La forma en que los padres interactúan con sus hijos y los métodos de crianza que emplean tienen un impacto significativo en la confianza y comportamiento social de los niños. Las estadísticas recientes indican un aumento preocupante en la violencia familiar, con un impacto directo en los adolescentes, lo cual subraya la necesidad de revisar y mejorar los métodos de crianza (INEI, 2019; Defensoría del Pueblo, 2020).

El programa propuesto tiene como objetivo fusionar la disciplina positiva, la socialización parental y la inteligencia emocional para mejorar la dinámica familiar y el bienestar de los adolescentes en Huánuco. Las intervenciones basadas en

estos enfoques teóricos pueden promover un ambiente familiar más saludable y reducir los comportamientos problemáticos.

Considerando que la disciplina positiva, busca fomentar un ambiente de respeto y colaboración entre padres e hijos, así como reducir la incidencia de violencia familiar al ofrecer alternativas no violentas para la resolución de conflictos (Nelsen & Lott, 2020). Por su parte al mejorar la socialización parental, mejoramos la transmisión de normas, valores y conductas positivas; y fortalecemos el vínculo emocional entre padres e hijos, promoviendo un desarrollo socioemocional saludable (Musitu & García, 2001). Esto aporta una mejor inteligencia emocional, puesto que capacita a los adolescentes para gestionar sus emociones y desarrollar habilidades de afrontamiento y mejora la comunicación y la resolución de conflictos dentro del hogar (Milicic M, 2017).

El impacto que esperamos en padres se enfoca en mejora en la percepción y aplicación de estrategias de crianza efectivas. Reducir del uso de castigo físico y violencia psicológica. Tanto en los adolescentes, se espera incrementar la inteligencia intrapersonal e interpersonal, mejor adaptación y manejo del estrés. Lo que facilita la reducción de comportamientos riesgosos y problemáticos.

En cuanto a la dinámica familiar, con el programa buscamos el fortalecimiento de los vínculos familiares, la creación de un entorno de apoyo y respeto mutuo, lo que conlleva a una mejora en la comunicación y la resolución de conflictos.

La implementación del programa de entrenamiento en disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional es crucial para abordar los desafíos actuales en la dinámica familiar y el desarrollo adolescente. Este enfoque integral y basado en teorías reconocidas puede fomentar un ambiente familiar más

saludable y resiliente, contribuyendo al bienestar general y al desarrollo positivo de los adolescentes.

III. Objetivo

General

Determinar la eficacia de un programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes.

Específicos

1. Evaluar la eficacia del programa en el desarrollo y aplicación de estrategias de disciplina positiva por parte de los adolescentes.
2. Establecer la eficacia del programa en la percepción y respuesta de los adolescentes a las estrategias de socialización parental (aceptación/implicación y coerción/imposición).
3. Evaluar la eficacia del programa en el crecimiento de la inteligencia emocional intrapersonal e interpersonal de los adolescentes.
4. Evaluar la eficacia del programa en el aumento de la adaptabilidad de los adolescentes a diferentes situaciones y cambios.
5. Evaluar la eficacia del programa en la gestión efectiva del estrés y la tensión en la vida cotidiana de los adolescentes.

IV. Actividades

Sesión	Denominación	Objetivo	Estrategias	Actividades	Procedimiento	Materiales	Tiempo
1	Introducción y marco conceptual	Presentar el programa, establecer expectativas y comprender los conceptos básicos de disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional.	Psicoeducación, dinámicas de grupo	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación del programa y de los participantes. • Dinámica de grupo para romper el hielo. • Introducción a la disciplina positiva y su importancia. • Explicación de la inteligencia emocional y la socialización parental. • Reflexión sobre las expectativas del curso. • Firma de asentimiento y consentimiento informado, aplicación de instrumentos de medición 	Presentación inicial, dinámica rompehielos en grupo, presentación de conceptos y reflexiones	Presentación hojas de trabajo	60 min
2	Comunicación asertiva	Fomentar la comunicación efectiva y asertiva entre padres e hijos.	Role-playing, escucha activa	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión sobre técnicas de comunicación asertiva. • Role-playing para practicar la escucha activa y la expresión de sentimientos. • Ejercicios de retroalimentación y refuerzo positivo. 	Explicación de técnicas, los participantes practicarán en parejas y compartirán sus experiencias en una discusión en grupo.	Guía de comunicación, hojas de ejercicios	60 min
3	Empatía y comprensión emocional	Desarrollar la empatía y la comprensión de las	Ejercicios de identificación emocional, actividades de empatía	<ul style="list-style-type: none"> • Empatía y comprensión emocional: explicación de la empatía y su importancia en las relaciones familiares. • Ejercicios de identificación y etiquetado de emociones. 	Ejercicios individuales y grupales, discusión en grupo	Tarjetas de emociones, hojas de trabajo	60 min

		emociones propias y ajenas.		<ul style="list-style-type: none"> • Actividades para fomentar la empatía y la perspectiva emocional. 			
4	Estrategias de disciplina positiva	Proveer herramientas para implementar la disciplina positiva en el hogar.	Análisis de casos, establecimiento de límites	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias para la creación de un plan familiar de disciplina positiva: Establecimiento de límites y consecuencias naturales, definir normas claras, estrategias de refuerzo positivo. • Análisis de casos prácticos y soluciones basadas en la disciplina positiva. 	Presentación de casos, trabajo en grupos, creación de planes familiares	Guía de disciplina positiva, hojas de trabajo	60 min
5	Resolución de conflictos	Enseñar técnicas efectivas para la resolución de conflictos familiares.	Mediación, técnicas de compromiso	<ul style="list-style-type: none"> • Role-playing para la identificación de conflictos comunes en la dinámica familiar. • Estrategias de resolución de conflictos basadas en el respeto mutuo. • Role-playing para practicar la mediación y el compromiso. 	<p>Iniciar con ejercicios de role-playing individual y en parejas.</p> <p>Discutir en grupo las estrategias efectivas de resolución de conflictos aplicables a situaciones familiares.</p>	Guía de mediación, hojas de ejercicios	60 min
6	Fomento de la autonomía y la responsabilidad	Promover la autonomía en los adolescentes y la responsabilidad en la toma de decisiones.	Toma de decisiones, actividades de responsabilidad	<ul style="list-style-type: none"> • Sesión sobre el balance entre libertad y responsabilidad. • Actividades para fomentar la toma de decisiones informadas. • Discusión sobre la importancia de la autonomía en el desarrollo adolescente. 	Discusión guiada sobre la autonomía y responsabilidad, práctica individual, creación de planes personales	Hojas de trabajo, guías de ejercicios	60 min

7	Gestión del estrés y regulación emocional	Proveer herramientas para la gestión del estrés y la regulación emocional.	Técnicas de relajación, mindfulness	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicios de relajación y técnicas de mindfulness. Estrategias para la gestión del estrés en la vida cotidiana. Actividades para mejorar la regulación emocional y la resiliencia. 	Prácticas guiadas de relajación y mindfulness. Ejercicios prácticos y discusiones grupales sobre la aplicación de estas técnicas en situaciones estresantes.	Guía de relajación, hojas de trabajo	60 min
8	Actividades recreativas en familia	Fomentar la conexión y el disfrute en familia	Juegos cooperativos, dinámicas de grupo	<ul style="list-style-type: none"> Actividades recreativas y cooperativas 	Organización de juegos, participación conjunta, discusión sobre experiencias	Materiales de juego, espacio amplio	60 min
9	Trabajo individual: reflexión y crecimiento	Reflexionar sobre el crecimiento personal y familiar	Auto-reflexión, escritura de diarios	<ul style="list-style-type: none"> Sesión de reflexión personal Escritura de diarios 	Ejercicios de reflexión guiada, escritura individual, discusión en pequeños grupos	Diarios, hojas de trabajo	60 min
10	Evaluación y plan de acción a futuro	Evaluar el progreso logrado y planificar el mantenimiento de las habilidades aprendidas.	Feedback, planificación	<ul style="list-style-type: none"> Evaluación del programa Creación de planes de acción Feedback de los participantes sobre el programa. Creación de un plan de acción para seguir implementando las técnicas aprendidas. Aplicación del instrumento post test. Clausura y entrega de certificados de participación. 	Revisión de objetivos, feedback en grupo, creación de planes a futuro	Cuestionarios de evaluación, hojas de planificación	60 min

V. Cronograma de ejecución del programa

N°	Nombre de la sesión	Junio					Julio	
		14	17	22	24	29	1	8
1	Introducción y marco conceptual	x						
2	Comunicación asertiva		x					
3	Empatía y comprensión emocional			x				
4	Estrategias de disciplina positiva			x				
5	Resolución de conflictos				x			
6	Fomento de la autonomía y la responsabilidad				x			
7	Gestión del estrés y regulación emocional					x		
8	Actividades recreativas en familia					x		
9	Trabajo individual: reflexión y crecimiento						x	
10	Evaluación y plan de acción a futuro							x

VI. Desarrollo de las sesiones

Sesión 1	Introducción y marco conceptual		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y presentación del programa: Dar la bienvenida a los participantes, explicar el objetivo general del taller y los beneficios esperados. Presentar el esquema general del programa de 10 sesiones. • Dinámica rompehielos para fomentar la confianza y el conocimiento mutuo: “Yo soy”: Dividir en parejas a los participantes (un padre y un hijo, si es posible). Se les entrega una tarjeta de presentación donde cada uno escribe su nombre y una cosa que les gustaría mejorar en la relación familiar. Cada participante presenta a su compañero (padre/hijo) al grupo usando la información de la tarjeta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Tarjetas de presentación • Tarjetas para la dinámica rompehielos. • Lapiceros 	15
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción a la disciplina positiva: breve explicación sobre la disciplina positiva, incluyendo su definición y principios básicos. Se 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint 	30

	<p>discuten ejemplos prácticos de cómo se puede aplicar la disciplina positiva en situaciones cotidianas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicación de la inteligencia emocional: Se presenta definición, componentes y su importancia en las relaciones familiares. Se discute la importancia de la inteligencia emocional en las relaciones familiares y cómo puede mejorar la comunicación y el entendimiento mutuo. Hablamos sobre las expectativas y objetivos personales de los participantes respecto al taller. 	<ul style="list-style-type: none"> • Guía impresa de conceptos básicos • Hojas para anotaciones 	
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión grupal sobre los conceptos presentados y cómo se relacionan con las experiencias personales. • Recapitulación de los puntos clave de la sesión: resumimos los puntos clave de la sesión. • Asignación de tarea: Reflexionar sobre una situación familiar reciente y cómo podría haber sido manejada con disciplina positiva e inteligencia emocional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y marcadores para la recapitulación • Hojas de tarea 	15

Sesión 2	Comunicación asertiva		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción y activación: Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad para romper el hielo enfocada en la comunicación: “La Telaraña de la comunicación” 	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjetas de preguntas • Presentación en PowerPoint 	10
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de comunicación asertiva: Explicación de la comunicación asertiva y sus componentes. • Presentación y práctica de técnicas de comunicación asertiva mediante role-playing. • Ejercicios de retroalimentación y refuerzo positivo: "El Muro de los Elogios" 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Guía de comunicación asertiva • Hojas para anotaciones 	40
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión y tarea para el hogar: reflexión sobre la importancia de la comunicación asertiva en las relaciones familiares. • Asignación de tarea: practicar una técnica de comunicación asertiva con un miembro de la familia durante la semana. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de tarea • Pizarra y marcadores para la recapitulación 	10

Sesión 3	Empatía y comprensión emocional		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción y activación: Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad para romper el hielo enfocada en la identificación de emociones: “El Bingo de las emociones” 	<ul style="list-style-type: none"> • Tarjetas de emociones • Presentación en PowerPoint 	15
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Empatía y comprensión emocional: explicación de la empatía y su importancia en las relaciones familiares. • Ejercicios de identificación y etiquetado de emociones: “Tarjetas de emociones” y “Mapa de emociones” • Actividades para fomentar la empatía y la perspectiva emocional: “En sus zapatos”, “El mural de las emociones” 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Guía de empatía • Hojas para anotaciones 	35
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión sobre la importancia de la empatía en la comprensión de las emociones ajenas y como mejora las relaciones familiares. • Asignación de tarea: practicar un ejercicio de empatía en el hogar durante la semana. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de tarea • Pizarra y marcadores para la recapitulación 	10

Sesión 4	Estrategias en disciplina positiva		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad rompehielos centrada en experiencias personales de disciplina. "Historias de Disciplina" 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Tarjetas de preguntas sobre disciplina 	10
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias de disciplina positiva: explicación de los principios y estrategias de la disciplina positiva. • Análisis de casos prácticos. • Creación de un plan familiar de disciplina positiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Guía de disciplina positiva • Casos prácticos impresos • Hojas para anotaciones 	40
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión sobre la implementación de la disciplina positiva en el hogar. • Asignación de tarea: implementar una estrategia de disciplina positiva y reflexionar sobre los resultados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de tarea • Pizarra y marcadores para la recapitulación 	10

Sesión 5	Resolución de conflictos		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior, para establecer la conexión entre la disciplina positiva y la resolución efectiva de conflictos. • Actividad rompehielos centrada en experiencias de resolución de conflictos: “Círculo de confianza” 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Tarjetas de situaciones conflictivas 	10
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de resolución de conflictos: explicar las técnicas de resolución de conflictos, identificar el problema, escuchar activamente, generar soluciones y llegar a un acuerdo. • Practicar habilidades de resolución de conflictos mediante role-playing: “Me parece conocido”, proporcionar escenarios comunes donde la resolución de conflictos puede ser un desafío. • Discusión sobre los resultados y aprendizajes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Guía de resolución de conflictos • Hojas para anotaciones 	40
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión sobre la importancia de las habilidades de resolución de conflictos. • Asignación de tarea: practicar una técnica de resolución de conflictos en el hogar durante la semana. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de tarea • Pizarra y marcadores para la recapitulación 	10

Sesión 6	Fomento de la autonomía y la responsabilidad		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad rompehielos enfocada en la exploración de la autonomía. "¿Qué Harías?" 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Tarjetas de preguntas sobre autonomía 	10
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de la autonomía y responsabilidad: Explicación de la importancia de fomentar la autonomía y la responsabilidad en los adolescentes. • Dinámica para promover la autonomía: "Camino hacia la autonomía" • Discusión sobre la responsabilidad y sus implicaciones. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Guía de actividades • Hojas para anotación 	40
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión sobre los beneficios de la autonomía y la responsabilidad. • Asignación de tarea: practicar una actividad autónoma y reflexionar sobre los resultados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de tarea • Pizarra y marcadores para la recapitulación 	10

Sesión 7	Gestión del estrés y regulación emocional		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad de apertura centrada en la exploración del estrés: “Mapa del estrés” 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Tarjetas de situaciones estresantes 	10
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de gestión del estrés y regulación emocional: explicación de técnicas efectivas de gestión del estrés. • Práctica guiada de técnicas de regulación emocional: Técnica de respiración 4-7-8, respiración cuadrada, escaneo corporal, visualización guiada. • Discusión sobre la importancia de la autoconciencia emocional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Guía de técnicas de gestión del estrés • Hojas para anotaciones 	40
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión sobre las técnicas aprendidas y su aplicación en situaciones estresantes. • Asignación de tarea: practicar una técnica de regulación emocional y reflexionar sobre los resultados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de tarea • Pizarra y marcadores para la recapitulación 	10

Sesión 8	Actividades recreativas en familia		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad de apertura centrada en la importancia del tiempo de calidad en familia: “Reloj de recuerdos” 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Tarjetas para registrar un recuerdo familiar 	10
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Debate sobre la importancia de las actividades recreativas en familia. • Implementación de actividades recreativas: juegos cooperativos cómo: Carrera de obstáculos en parejas, búsqueda del tesoro familiar, construcción de un proyecto artístico en equipo 	<ul style="list-style-type: none"> • Guía de planificación de actividades • Materiales específicos según la actividad • Hojas para anotaciones 	40
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión sobre las experiencias compartidas y aprendizajes obtenidos durante el taller. • Grabamos un nuevo recuerdo familiar feliz, de la sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y marcadores y hojas de evaluación del taller 	10

Sesión 9	Trabajo individual: reflexión y crecimiento		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad de motivación centrada en la importancia del crecimiento personal y familiar. “Árbol de crecimiento familiar” 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Papelógrafos, plumones 	20
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión personal y escritura de diarios: Ejercicios guiados de reflexión personal, escritura individual en diarios. • Discusión en pequeños grupos sobre los temas reflexionados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Diarios para los participantes • Hojas de trabajo para reflexión guiada • Pizarra y marcadores 	30
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Síntesis de las reflexiones grupales. • Compromiso individual para el crecimiento continuo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para anotaciones • Feedback de retroalimentación 	10

Sesión 10	Evaluación y plan de acción al futuro		
Institución	Institución educativa “José Antonio Encinas Franco”		
Población	Estudiantes de ambos sexos de 12 a 18 años		
Secuencia de actividades			
Momento	Descripción de la sesión	Materiales y recursos	Tiempo
Motivación	<ul style="list-style-type: none"> • Bienvenida y breve repaso de la sesión anterior. • Actividad de motivación centrada en la reflexión sobre el progreso personal y familiar: “Línea del tiempo del progreso familiar” 	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación en PowerPoint • Tiras de papel, plumones, post-it 	20
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluación del programa: Revisión y discusión de los objetivos del taller. • Evaluación individual y grupal de los aprendizajes y cambios observados. • Identificación de áreas de fortaleza y oportunidades de mejora. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas de evaluación individual, y del programa • Hojas para anotaciones 	30
Cierre	<ul style="list-style-type: none"> • Plan de acción a futuro: Desarrollo de un plan de acción individual y familiar basado en los aprendizajes del taller. • Cierre y agradecimientos finales. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hojas para planificación del futuro • Feedback de retroalimentación 	10

Anexo 10: Consentimiento informado

Consentimiento Informado

Título de la investigación: Programa de entrenamiento en disciplina positiva para la socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes y sus padres. Huánuco.

Investigador (a) (es): Psico. Yessica Hidalgo Jara

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes y sus padres. Huánuco”, cuyo objetivo es determinar la eficacia de un programa de entrenamiento que integra disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en vínculo entre padres e hijos adolescentes, Huánuco. Esta investigación es desarrollada por estudiantes del programa de estudio Maestría en Intervención Psicológica de la Universidad César Vallejo del campus Trujillo aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución educativa pública “JOSÉ ANTONIO ENCINAS FRANCO - CHAGLLA”

Siendo de vital importancia mejorar los estilos de crianza para desarrollar las habilidades emocionales y la relación entre padres e hijos.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 10 a 15 minutos y se realizará en el ambiente de aula de la institución educativa pública “José Antonio Encinas Franco”. Las respuestas al cuestionario o guía de entrevista serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.



Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (a) (es) Psico. Yessica Hidalgo Jara email: yessicahidalgojara@gmail.com y asesor Dra. García Flores Lizzeth Aimée email: lgarciafl@ucv.edu.pe

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada. Nombre y apellidos:

Fecha y hora:



Asentimiento Informado

Título de la investigación: “Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes y sus padres. Huánuco”

Investigador (a) (es): Psico. Yessica Hidalgo Jara

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Programa de entrenamiento para disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes y sus padres. Huánuco.”, cuyo objetivo es determinar la eficacia de un programa de entrenamiento que integra disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en vínculo entre padres e hijos adolescentes, Huánuco. Esta investigación es desarrollada por estudiantes del programa de estudio Maestría en Intervención Psicológica de la Universidad César Vallejo del campus Trujillo aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y con el permiso de la institución educativa pública “JOSÉ ANTONIO ENCINAS FRANCO - CHAGLLA”



Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente:

1. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas.
2. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 30 minutos y se realizará en los ambientes asignados por la institución.
3. Las respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Participación voluntaria (principio de autonomía):

Su menor hijo(a)/representado puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a que su hijo haya aceptado participar puede dejar de participar sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia):

La participación de su menor hijo(a)/representado en la investigación NO existirá riesgo o daño en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad a su menor hijo(a)/representado tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Hay que mencionar que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados de la investigación deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información recogida en la encuesta o entrevista a su menor hijo(a)/representado es totalmente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador (a) (es) Psico. Yessica Hidalgo Jara email: yessicahidalgojara@gmail.com y asesor Dra. García Flores Lizzeth Aimée email: lgarciafl@ucv.edu.pe

Asentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo que mi menor hijo(a)/representado participe en la investigación.

Nombre y apellidos:

Firma(s):

Fecha y hora:



Anexo 11: Reporte de similitud en software Turnitin

Tesis versión turnitin - Hidalgo Jara

INFORME DE ORIGINALIDAD

16%	15%	4%	7%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	2%
2	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
5	repositorio.upch.edu.pe Fuente de Internet	1%
6	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
7	revistas.ucv.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1%
9	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja	<1%

Anexo 12: Autorizaciones para el desarrollo del proyecto de investigación



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA
JOSÉ ANTONIO ENCINAS FRANCO**



**AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y
DE LA CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNÍN Y AYACUCHO**

Chaglla, 14 de junio de 2024

OFICIO N°117 – 2024 – D IE JAEF – C

SEÑOR(A) : MAG. RICARDO BENITES ALIAGA
JEFE DE LA ESCUELA DE POSGRADO-TRUJILLO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ASUNTO : ACEPTACIÓN DE AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS PARA
EL DESARROLLO DE TESIS

REFERENCIA : CARTA 081-2024-UCV-VA-EPG-F01/U

Es grato dirigirnos a usted para saludarlo cordialmente y, al mismo tiempo, informarle que hemos recibido su comunicación con fecha 11 de junio de 2024, en la cual se solicita la autorización para que la estudiante Yessica Hidalgo Jara, del programa de Maestría en Intervención Psicológica de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo, pueda aplicar los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis titulada "PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO PARA DISCIPLINA POSITIVA, ESTILOS PARENTALES E INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES, HUÁNUCO 2024".

Después de revisar la solicitud y los objetivos del trabajo de investigación, me complace informarle que autorizamos la aplicación de los instrumentos necesarios en nuestra institución educativa. Consideramos que el objetivo de determinar la eficacia de un programa de entrenamiento que integra disciplina positiva, socialización parental e inteligencia emocional en adolescentes, es de gran relevancia y utilidad para nuestra comunidad educativa.

Agradecemos la confianza depositada en nuestra institución para la realización de esta importante investigación y nos ponemos a disposición para cualquier apoyo adicional que se requiera para el exitoso desarrollo de la misma.

Atentamente,



Lic. Fátima N. Doris Estévez
DIRECTORA