

Titulillo: GESTIÓN DE EMOCIONES CON PADRES DE ADOLESCENTES

Fortalecimiento de la Gestión Emocional en Padres y Cuidadores de Adolescentes de los  
grados 9, 10 y 11 de una Institución Educativa en la ciudad de Armenia para Facilitar el  
Estilo Parental Asertivo: “Me Comprendo, Te Comprendo”

Mónica M. López-González

Claudia P. Patiño-López

Adriana M. Ortiz-Rubio

Universidad CES – Corporación Universitaria Alexander Von Humboldt

Armenia, Quindío

Asesor

Santiago Alberto Morales Mesa



## Contenido

Planteamiento	5
Causas y consecuencias	11
Justificación	12
Objetivos	17
Población	18
Resultados Productos y Fases de la Intervención	19
Marco Conceptual	20
Metodología	27
Matriz Metodológica	30
Referencias Bibliográficas	44



## Lista de cuadros

Cuadro 1: Causas y consecuencias del problema	11
Cuadro 2: Inteligencia Emocional según Salovey y Mayer	25
Cuadro 3: Matriz Metodológica Fase 1	30
Cuadro 4: Matriz Metodológica Fase 2	32
Cuadro 5: Matriz Metodológica Fase 3	34



## Lista de anexos

Anexo A. Presupuesto	36
Anexo B. Cronograma	39
Anexo C. Indicadores	41



## Planteamiento

La Organización Mundial de la Salud OMS define familia como el conjunto de personas que conviven bajo el mismo techo, organizadas en roles fijos (padre, madre, hermanos, etc.) con vínculos consanguíneos o no (Luque, 2013). Gallego (2012) señala la importancia de la familia como socializador primario y agrega que esta unión afectiva está mediada por reglas, normas o prácticas de comportamiento que complejizan su definición, comprender su realidad y sus constantes cambios sociales y culturales, o como lo afirma García (2013) discriminar como positivo o negativo las vivencias que se dan en su interior.

La literatura destaca el importante rol de la familia en la sociedad, mientras su compleja realidad le acredita como entorno protector o de riesgo frente a situaciones relacionadas con la niñez y la adolescencia. Por ejemplo, la Política Nacional de Salud Mental (Ministerio de Salud y Protección Social MSPS, 2018), describe que la violencia en Colombia se asocia al déficit en las habilidades sociales, mal manejo de las emociones e inadecuadas pautas de crianza, así como al bajo involucramiento parental y pobre formación de competencias y cultura ciudadana. Se ha establecido que la débil relación paterno filial genera conductas violentas (Bravo, Guevara y Navia, 2018); sintomatología depresiva en los adolescentes (Álvarez, Ramírez, Silva, Coffin y Jiménez, 2009) y problemas de conducta (Arias, 2013). Sobre los riesgos de los niños y adolescentes en el ámbito familiar, la UNICEF (2013) refiere que las situaciones de maltrato reflejan un fenómeno social importante presente y naturalizado por normas culturales que lo asocian con medidas punitivas de carácter



educativo, recalcando así la necesidad de abordar esta problemática desde la relación con los padres y cuidadores.

La situación de la adolescencia y sus conductas problemáticas son de interés “tanto por el daño que hacen a otros o al conjunto de la sociedad, como por el riesgo que suponen para los propios adolescentes” (Montañés, M., Bartolomé, Montañés, J. y Parra, 2008, p.401) y por su relación con el vínculo social y familiar. El Boletín Salud mental en niños, niñas y adolescentes (MSPS, 2017) destaca la importancia de abordar los síntomas o conductas que no se pueden considerar enfermedad mental pero que causan malestar emocional y disfunción en las capacidades para relacionarse constituyendo riesgos potenciales para la salud mental asociados a condiciones psicosociales o socioeconómicas.

Si bien señalar factores de riesgo y protección no es suficiente para reconocer las causas de la problemática con los adolescentes, sí permite distinguir condiciones que predicen la probabilidad de desarrollar un comportamiento dado (Hawkins y cols., citado en Montañés y cols., 2008). Por lo tanto, es importante atender a propuestas que promueven la interacción asertiva y la estimulación de estilos parentales que generen una relación positiva, pues a través de la familia los adolescentes crean lazo social y se vinculan a la vida (Fernández, Márquez y Holguín citados en Jaramillo y Betancur, 2019) mientras que el apoyo parental facilita en los adolescentes el uso de estrategias de afrontamiento efectivas, altas competencias sociales y una autoestima favorable tal como lo hace el estilo parental cálido, que lleva al adolescente a usar estrategias de negociación, disminuir situaciones conflictivas y muestra respeto, apoyo a su autonomía y punto de vista (Pérez y Alvarado, 2015), como se



ha descrito con el ejercicio de la autoridad democrática que facilita la convivencia pacífica y promueve la autonomía de los individuos (Sánchez, Aguirre, Solano y Viveros, 2015).

Si bien la literatura documenta las ventajas del estilo parental asertivo (o democrático), la promoción de un estilo parental determinado requiere tener en cuenta que como menciona Baumrind (1996 b) ningún estilo por sí solo “ofrece un modelo eficaz de crianza de los hijos hoy, más de lo que lo hizo hace más de 30 años, cuando el modelo autoritario se desarrolló como una alternativa viable (p. 405)” y que sumado a esto, los padres y cuidadores ajustan sus prácticas a su contexto sociocultural (Gracia, Murillo y García, 2008). En este sentido, esta propuesta de intervención toma como base el modelo asertivo en tanto contiene las prácticas de gestión emocional que se busca fortalecer.

En cuanto a la relación paterno filial en la adolescencia, Oliva (2006), afirma que esta etapa de la vida entraña transformaciones y es natural que sus cambios sean fuente de conflicto como lo describe la Dinámica de Sistemas (Granic, Dishion y Hollenstein, 2003) al sostener que en el transcurso de la crianza se van construyendo interacciones y que “a partir de la pubertad, los cambios intrapersonales en padres e hijos van a representar una perturbación del sistema familiar, que se tornará más inestable (...) las discusiones y enfrentamientos convivirán con momentos de armonía y expresión de afectos positivos” (p. 607). Con la adolescencia llega a la familia un periodo de reorganización de las relaciones donde los roles y las responsabilidades deben ser renegociadas para ajustarse a estilos parentales que satisfagan las necesidades de cada miembro, para la familia y específicamente para los padres, el tener hijos adolescentes “les coloca en una etapa que conlleva cambios y



ciertamente no pocos conflictos” (Arias, 2013, p. 25). Cabe aclarar, que al respecto hay varias posibles interpretaciones y la dimensión e intensidad del conflicto descrito dependen de cómo es percibido por padres e hijos, de manera que se puede ver asociado a condiciones negativas e incluso situaciones delictivas por parte de los adolescentes, así como a oportunidades de aprendizaje para ellos y sus padres.

Los estudios realizados sobre el conflicto familiar del adolescente citan que éste se origina en sus cambios orgánicos, nuevas relaciones de amistades y parejas, así como cambios cognitivos que posibilitan mostrarse más críticos con las normas y regulaciones familiares y a desafiar la autoridad parental (Granic y cols., 2003; Selman; Smetana; Youniss y Smollar citados por Parra y Oliva, 2002). También se ha descrito los problemas surgidos en la adolescencia relacionados con la discrepancia entre lo que los progenitores esperan de sus hijos e hijas y su comportamiento real (Collins, Laursen, Mortensen, Luebker y Ferreira citados en Parra y Oliva, 2002). Maldonado y Micolta (2003) describen que al interior de la familia es común encontrar debates y disputas, así como frecuentes discusiones por asuntos cotidianos; dentro de estos, mencionan Parra y Oliva (2002) la hora de llegar a casa, tareas del hogar, desempeño académico y la forma de vestir; aspectos que los adolescentes consideran deben estar bajo su propia responsabilidad (Smetana, citado en Parra y Oliva 2002), pero que los padres pueden ver de otra manera y que demandará nuevas estrategias de control y autoridad. Desde el enfoque positivo, estas situaciones pueden ser el espacio ideal para definir las fronteras entre la autonomía adolescente y el mantenimiento del sistema familiar (Smetana, citado en Parra y Oliva, 2002) ya que requieren desarrollar capacidades





de negociación, convencimiento, tolerancia y asunción de responsabilidades (Rodrigo, García, Máiquez, Rodríguez y Pavón, 2008).

En Colombia, como lo evidenciaron García-Sánchez y Guerrero-Barón (2011) al investigar sobre violencia escolar en Bogotá, se observa una “saturación de quejas en las instituciones educativas y en el sistema de protección del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar con respecto a la desobediencia y la falta de control de niños, niñas y adolescentes” (p. 302), lo que muestra la dificultad presente para mantener viejas estructuras de relación que tienen como base la obediencia y la “sumisión”, con jóvenes e infantes cada vez más autónomos y conscientes de sus derechos. No sólo se trata entonces de las transformaciones propias del ciclo vital, también es claro que los adolescentes demandan estilos parentales adaptados a su contexto. El Código de Infancia y Adolescencia marca límites al uso de la fuerza y promueve el respeto como principio de crianza, creando el marco para una nueva manera de ser padre y madre donde los elementos de solidaridad, cooperación, confianza y respeto mutuo deben estar presentes (Unicef, 2015). Así mismo, como lo describen García-Sánchez y Guerrero-Barón (2011), la nueva concepción de autoridad implica la transformación del poder antes otorgado para corregir, por el de ser orientación o guía para educar en la autonomía y la libertad, suponiendo cambios en las representaciones de paternidad y maternidad, lo que ha provocado para los padres una sensación de desconcierto descrito como “nostalgia del padre”.

Los retos emocionales que conlleva la transformación del comportamiento parental con el adolescente no siempre son considerados en la literatura, sin embargo, Oliva (2006) llama



la atención sobre los efectos de esta situación, reportando que durante los encuentros y desencuentros con los hijos en la adolescencia “una de las primeras consecuencias será el aumento de malestar emocional y estrés experimentado, que suele ser mayor en los progenitores, especialmente en las madres” (Noller citado en Oliva, 2006, p.220).

En este sentido, el estudio del estado del Arte con relación a pautas de crianza en Colombia hecho por Castillo, Sibaja, Carpintero y Romero-Acosta (2015) concluye la estrecha relación entre las prácticas parentales y el estado mental de los padres, señalando que es fundamental conocer aspectos de su vida, situaciones de estrés o trastornos mentales como ansiedad y depresión (que presentan una alta prevalencia en el país), así como las habilidades que posean para gestionar sus emociones.

De acuerdo con lo expuesto, el ejercicio de la parentalidad durante la adolescencia se ve afectado por distintos factores, como son la inhabilidad para gestionar las emociones de manera asertiva, el desconocimiento de herramientas de crianza del estilo asertivo y la problematización y falta de comprensión de las características de la adolescencia actual. Por tanto para este proyecto se asume como objeto de intervención la dificultad en la gestión emocional de padres y cuidadores de adolescentes que limita el ejercicio de estilo parental asertivo como se puede observar con algunas de sus causas y consecuencias en el siguiente esquema:



**Causas y consecuencias**

Cuadro 1: *Causas y consecuencias del problema*



### **Justificación**

La Política Nacional de Salud Mental (Congreso de Colombia, 2013) busca posicionar la salud mental como agenda prioritaria para el país, tal como lo promulga la Ley 1616 de 2013 reorientando programas de promoción y prevención que fortalezcan las habilidades psicosociales individuales y colectivas, la cohesión social así como la gestión de entornos saludables, resilientes y protectores. Esta ley contiene disposiciones para garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental de la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes.

La Encuesta Nacional de Salud Mental (MSPS y Colciencias, 2015) definió problema mental como “el malestar y las dificultades en la interacción con los otros, que se generan por la vivencia de eventos estresantes y no son tan graves como un trastorno mental” (p.6). Esta encuesta también recoge la percepción de los colombianos respecto a “la salud mental donde lo relacionan con tener una adecuadas necesidades básicas resueltas, también disfrutar de tranquilidad, paz y poder ser capaces de superar las dificultades de la vida diaria” (p. 7). Además, anotó la importancia del apoyo social y la red de relaciones. Una de las recomendaciones es realizar actividades de promoción y prevención en salud mental a nivel individual, familiar y comunitario, en articulación con otros sectores corresponsables, en el marco del Modelo Integral de Atención en Salud MIAS (2016) y cabe anotar que una de las cuatro estrategias de este Modelo tiene un “enfoque de salud familiar y comunitaria como interface entre la necesidad de desarrollo de nuevas competencias del recurso humano



empoderados en el desarrollo de sus capacidades para dar una respuesta social dirigida hacia la persona, la familia y la comunidad” (MSPS, 2016 b, p. 10)

En esta misma línea el Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021 propone el concepto de salud como:

El resultado de la interacción armónica de las condiciones biológicas, mentales, sociales y culturales del individuo, así como con su entorno y con la sociedad, a fin de poder acceder a un mejor nivel de bienestar como condición esencial para la vida (MSPS, 2013, p. 12).

Igualmente, en su dimensión convivencia social y salud mental, el Plan propone estrategias tanto individuales como colectivos que faciliten las “relaciones interpersonales basadas en el respeto, la solidaridad y el ejercicio de los derechos humanos, en entornos familiares, educativos, comunitarios y laborales favorables para la convivencia social” (p. 98-99).

Estas políticas y estrategias contemplan la familia como entorno fundamental para gestionar la salud mental donde se promueve el desarrollo de habilidades sociales y emocionales de los hijos a través de diferentes acciones (Palacio y Múnera, 2018). Las actitudes, creencias y comportamientos de los padres tienen una influencia importante en el desarrollo de los hijos, como se ha demostrado, las prácticas parentales resultan un factor protector o de riesgo para las condiciones de salud y particularmente de salud mental de los niños y adolescentes, incluso como lo expresa UNICEF Colombia (2015), el trato cruel,



inhumano y degradante produce serios daños en la vida emocional y el desarrollo integral de niños, niñas y adolescente.

El código de la infancia y la adolescencia (UNICEF Colombia, 2015) en el artículo 39, enuncia la obligación de la familia de promover el respeto recíproco entre todos sus integrantes y considera la responsabilidad parental como obligación del cuidado, protección (psicológico físico sexual o negligencia) y crianza de los niños, las niñas y los adolescentes, lo que permite el libre desarrollo de la autonomía, conciencia y creencias señalados en los artículos 14,18 y 37. Con respecto al rol parental, el parágrafo del artículo 39 afirma que “Los adultos deben abstenerse de ejercer castigos que puedan hacer daño físico o psicológico a los niños, niñas y adolescentes, en tanto por mediciones físicas los adultos no están en capacidad de medir ni encontrar el límite” (UNICEF Colombia, 2015, p. 37); estas formas de castigo han estado influenciadas por la concepción y el trato que culturalmente se le ha dado a la infancia y la adolescencia, y a la naturalización de prácticas violentas como formas de educación y crianza validadas y aceptadas en la sociedad. (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2017).

De acuerdo con el Instituto de Medicina Legal y Ciencias Forenses, en el Observatorio de Violencia (s.f.) se registran como indicadores (Violencia contra niños , niñas y adolescentes) entre las edades de 12 a 17 años en el año 2018, un total de 4.836 casos de violencia intrafamiliar (excluyendo la violencia sexual y de pareja) una tasa de 122,5 por cada 100.000 habitantes; en el Quindío, la misma fuente registra 57 casos (notificados en 7 de los 12 municipios) y una tasa de 113,36 por cada 100.000 habitantes; para el municipio



de Armenia una tasa 143,41 casos por cada 100.000 habitantes muy por encima de la tasa nacional y departamental.

El Análisis de Situación de Salud: Dimensión Convivencia Social y Salud Mental Colombia 2014 (MSPS, 2016 a), describió la importancia del Involucramiento Parental como indicador de la dinámica familiar y su relación con el consumo de alcohol y drogas ilícitas entre los adolescentes, incluyendo variables como nivel de compromiso, supervisión y presencia de autonomía prematura (presente cuando los padres se desentienden tempranamente del cuidado de los hijos). El indicador se expresa con un puntaje de 1 a 7 donde 7 equivale a padres comprometidos y supervisores de los hijos. El documento cita las cifras arrojadas por el Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas para el 2011, donde el 63% de los estudiantes de básica secundaria y media obtienen puntajes entre 0 y 3, y sólo el 8.8% de ellos alcanza el puntaje de 7. En este sentido, los adultos deben buscar prácticas de relación parental formativas que conlleven a la concertación verbal, la convivencia familiar y la solución pacífica de conflictos, abriendo espacios de comunicación como señalan en sus artículos 41 y 42 el Código de Infancia y Adolescencia (UNICEF Colombia, 2015).

El involucramiento parental como estrategia de promoción, implica la presencia y participación de los padres en la cotidianidad de los hijos a través de “diálogo y concertación con fines de acompañamiento, apoyo, control y supervisión a las actividades de los hijos, así



como la construcción de vínculos de afectos y confianza en ambiente de respeto y libertad” (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018, p. 21).

Con relación al acompañamiento de los adolescentes Oliva (2006) menciona que es importante el asesoramiento de los padres en la crianza y educación ya que esta etapa puede resultar confusa para muchos de ellos y requerir apoyo en el conocimiento y estrategias a través del trabajo en grupos de padres u orientación individualizada para mejorar su competencia en la comunicación y reducir problemas internos y externos característicos de los adolescentes.

Atendiendo a lo expuesto, el propósito de este proyecto es favorecer la crianza desde un estilo parental asertivo, fortaleciendo la habilidad de los padres y cuidadores para gestionar sus emociones y promover respuestas racionales y reflexivas ante las situaciones de la vida diaria.





## Objetivos

### Objetivo general

Fortalecer las habilidades para gestionar las emociones favoreciendo el ejercicio de un estilo parental asertivo en los padres y cuidadores de adolescentes pertenecientes a los grados 9, 10 y 11 de una Institución Educativa en la ciudad de Armenia en el año 2021.

### Objetivos específicos:

- Sensibilizar a los participantes sobre la importancia de la gestión de emociones y la influencia en su estilo de crianza.
- Brindar herramientas que faciliten la adecuada gestión de emociones de los padres y cuidadores de adolescentes en la práctica del estilo parental asertivo.
- Construir redes de apoyo con padres y / o cuidadores líderes del proyecto con el fin de continuar promoviendo la crianza asertiva.



## **Población**

La intervención propuesta tiene como población directa los padres y cuidadores de los adolescentes que se encuentran matriculados en las Instituciones Educativas del Departamento del Quindío en los grados 9, 10 y 11 durante el año 2021.

Así mismo, la población indirecta beneficiaria son inicialmente los hijos adolescentes, así como los otros miembros de la familia y de la comunidad educativa a la que pertenecen los padres y cuidadores participantes.



## **Resultados Productos y Fases de la Intervención**

El Proyecto de Intervención “Me Comprendo, Te Comprendo” pretende tener como producto final padres que conocen y practican con destreza estrategias de gestión de sus emociones en su estilo parental para constituir en la familia el entorno protector ajustado a las necesidades de los hijos adolescentes. Está compuesto por tres etapas que se describen a continuación:

### **Fase 1. Sensibilizar**

Esta fase conseguirá padres y cuidadores que reconocen la importancia de su gestión emocional y la influencia de este proceso en su estilo de crianza.

### **Fase 2. Formar**

La fase formar conseguirá padres y cuidadores con herramientas que facilitan la adecuada gestión de emociones a través de un estilo parental asertivo.

### **Fase 3. Construir**

Formará Red de padres y cuidadores constituida para la promoción de la crianza asertiva.



## Marco Conceptual

Los conceptos que se describen a continuación delimitan el contexto teórico que toma como referencia la presente intervención y permiten la comprensión de sus propósitos y alcance. Describe inicialmente el concepto de bienestar psicológico como componente multidimensional, la familia desde una comprensión dinámica, los estilos parentales y sus características, así como la definición de adolescencia. Finalmente, se abordan los procesos emocionales e importancia de la educación emocional.

### Bienestar y Familia

Comprender la adolescencia como una etapa de cambios y grandes aprendizajes, permite nutrir la propuesta de intervención del Modelo de Bienestar Psicológico. En este modelo, Carol Ryff plantea el bienestar psicológico como proceso dinámico, multifacético que incluye dimensiones subjetivas sociales, y psicológicas; García (2013) describe que para Ryff ese bienestar es concebido “como desarrollo personal y compromiso con los desafíos existenciales de la vida” (p.49) Este modelo de bienestar multidimensional incluye las áreas de autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, desarrollo personal y propósito de vida. (Keyes, Shmotkin y Ryff, 2002).

El entorno protector primario es la familia y como describe la teoría ecológica y sociocultural, sus roles y relaciones son determinantes de ello. De acuerdo con Bronfenbrenner (1987) las relaciones de primer nivel se convierten en el foco desde donde se puede comprender los fenómenos evolutivos de los miembros de la familia ya que es el



esquema ecológico más interno y las interacciones de este encuentro bidireccional se caracterizan por el acercamiento físico directo y el clima afectivo que se construye. De la misma forma, Vigotsky (citado por Isaza y Henao, 2011) destaca la influencia que ejercen los padres sobre sus hijos por medio del grado de intimidad, implicación, apoyo social, así como con el poder y la autoridad que caractericen su relación, ha tiempo que señala que a partir de las interacciones entre padres y niños se construye un proceso de aprendizaje transferencial no formal fundamental en la crianza.

El estudio de la interacción paterno filial ha permitido establecer que son los factores de cohesión, expresividad y organización familiar los que guardan relación positiva con todas las áreas, especialmente con el auto concepto (Musito y Allat, 1994), así como la adaptación social y emocional (Mestre y cols. 2007; Vera, Morales y Vera, 2005). Además como lo afirman Moos y Trickett (citados por Isaza y Henao, 2011) la posibilidad de expresar libremente los sentimientos, el conflicto, la cólera y la agresividad, hacen parte de los procesos emocionales de las dinámicas familiares y es a partir de las acciones, verbalizaciones y relaciones que se propician experiencias y ofrece recursos y herramientas para el desempeño social en los distintos contextos inmediatos y posteriores a los hijos.

Sánchez y cols., (2015) registran que cada familia es “única y se encuentra expuesta a factores culturales, económicos y religiosos que inducen formas singulares y distintas de relacionarse y construir sus vínculos (...) en un proceso “inestablemente estable” (comillas originales)” (p. 117). Para García-Sánchez y Guerrero-Barón (2011) las transformaciones que se han dado en la unidad familiar evidencian “nuevas formas de relación social que



emergen a consecuencia del cuestionamiento del poder patriarcal, del descentramiento de la familia nuclear” (p. 302) así como las transformaciones de los lazos afectivos, la expresión del amor, la sexualidad y del desarrollo de la autonomía individual y la libertad personal, así como del reconocimiento de cada sujeto como depositario de derechos y deberes, un aspecto especialmente importante para el adolescente.

### **Estilos parentales y adolescencia**

Darling y Steinberg (1993) definen el estilo parental como el clima emocional en el que se desarrolla la crianza de los hijos comprendiendo un conjunto de actitudes y creencias que forman el contexto en el que se ejerce la parentalidad. Gracia y cols. (2008), afirman que, de acuerdo con la literatura, los estilos se establecen según la regulación de características como exigencia/sensibilidad, control/afecto, coerción/imposición o aceptación/implicación por parte de los padres. De manera general, de la forma como en las prácticas parentales se ejerce el apoyo y el control, con una u otra denominación y con ligeras variaciones en las relaciones paternofiliales, en todas las sociedades humanas, se describe los estilos parentales autoritario, permisivo, indiferente y autoritativo ( Rollins y Thomas citados en Baumrind, 1996 b).

Se define el estilo autoritativo, también llamado Democrático (Baumrind, 1996 a), Autorizativo (García y Gracia, 2010) o Asertivo, como aquel que “supone una actitud de autoridad enmarcada por una respuesta atenta ante las necesidades e inquietudes del niño o adolescente” (Casullo y Liporace, 2008, p. 4). Este estilo de acuerdo con Baumrind (1991) regula el saber, conocer y dar dirección para atender las necesidades y particularidades del



adolescente de manera que los padres autoritativos son exigentes pero atentos a las necesidades de sus hijos, ellos supervisan y establecen normas claras de conducta siendo asertivos, no intrusivos ni restrictivos y utilizando disciplinarios basados en el apoyo, más que en el castigo.

En la práctica, la literatura afirma que se habla de un estilo por su permanencia y estabilidad pero en la cotidianidad los padres ejercen la crianza dependiendo de la situación, ya que los padres no obedecen a un sólo modelo pues ellos escogen dentro de un marco flexible las posibilidades que se ajustan a su contexto sociocultural (Baumrind, 1996 b; Capano y cols., 2016; González y Landero, 2012; Gracia y cols., 2008).

En cuanto a la adolescencia, se ha definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016) como una etapa esencialmente de cambios físicos y emocionales, que transcurre entre los 9 y 19 años de edad. Los determinantes biológicos de la adolescencia son prácticamente universales; mientras que otras características propias de la cultura, el tiempo y los contextos socioeconómicos en que el adolescente se desarrolle añaden otra serie de determinantes a considerar en su definición. Más allá de los cambios biológicos, como señala la OMS, el adolescente experimenta transiciones hacia la independencia social y económica, desarrollo de identidad y adquisición de aptitudes y capacidades para establecer relaciones de adulto a partir de habilidades aprendidas en parte al interior de su familia.

## Gestión de Emociones



Montoya, Postigo y González (2016) afirman que “técnicamente las emociones son procesos psicofísicos, dinámicos y excitados de reacción ante algo significativo y se expresan a través de la conducta verbal y no verbal” (p. 26). Con respecto a su importancia, Goleman (1998) relata “las emociones representan los ganchos de la atención y funcionan a modo de advertencias, invitaciones, señales de alarma etcétera, son mensajes muy poderosos que transmiten información vital que no necesariamente se halla articulada en palabras” (p.28) de manera que, los aprendizajes adquiridos en torno de las emociones promueven acciones y actitudes frente a las situaciones que se presenten a lo largo de la vida. Si bien las emociones pueden presentarse como combinaciones y variables, se han definido como emociones universales o básicas la alegría, la ira, el miedo, la tristeza y el asco (Bisquerra, 2009).

Diferentes autores señalan el manejo de emociones como una habilidad social esencial para el crecimiento personal y relacional de los seres humanos, así como la posibilidad para establecer o no vínculos sociales saludables, pues éstas señalan el foco de atención y acción (Goleman, 1998). Dada su importancia, como afirma Mulsow (2008) “el desarrollo emocional, hoy día tiene un valor incalculable para hacer frente a una sociedad avasallante, convulsionada y competitiva, generadora muchas veces de la pérdida de salud y de principios valóricos universales” (p. 61).

Mayer y Salovey (citados en Montoya, Postigo y González, 2016) presentaron la inteligencia emocional (IE) a partir de un modelo que promueve el uso adaptativo de las emociones, de forma tal que a partir de la regulación emocional el sujeto pueda solucionar problemas y lograr adaptarse de forma eficiente al entorno en que se encuentre. De acuerdo





con este modelo, la IE es una habilidad que permite el procesamiento de la información emocional que facilita el razonamiento efectivo a partir de las emociones y pensar de forma más inteligente sobre la vida emocional (Berrocal y Pacheco, 2005; Márquez-Cervantes y Gaeta-González, 2017)." El modelo describe la IE a través de cuatro habilidades básicas.

Cuadro 2: *Inteligencia Emocional según Salovey y Mayer*

Habilidad emocional	Descripción
Habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud	Se trata de la habilidad para identificar y reconocer tanto las propias emociones (autoconciencia) como las de los demás (empatía afectiva). Implica prestar atención y descodificar con precisión las señales emocionales.
Habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional	Se trata de la habilidad para desglosar el amplio repertorio de señales emocionales, etiquetando y categorizando las emociones propias y ajenas. Atañe a la relación de la emoción con su significado e incluye desvelar la información de emociones complejas, ambivalentes o incluso aquellas que son contradictorias y simultáneas.
Habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento	La Facilitación emocional del pensamiento se refiere a la relación entre pensamiento y emoción y cómo las emociones afectan al sistema cognitivo dirigiendo la atención hacia la información más importante del entorno o de sí mismos, el estímulo más beneficioso o perjudicial, entre otros. Implica tener en cuenta las emociones cuando razonamos o solucionamos problemas, permitiendo disponer de diferentes puntos de vista según el estado emocional, afectando la creatividad.



Habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual	Define la capacidad para estar abierto a las emociones, tanto positivas como negativas, y reflexionar sobre ellas para descartar o aprovechar la información en función de su utilidad de forma saludable. Implica estrategias para moderar o intensificar las emociones propias y de los demás, sin reprimir o exagerar la información que conllevan.
---	--

Márquez.-Cervantes y Gaeta-González (2017), sostienen que las habilidades emocionales propias de la IE no son innatas sino susceptibles de ser educadas o entrenadas, en lo que se denomina proceso de Educación Emocional (EE), un concepto relativamente nuevo que citando a Bisquerra definen como un “proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo integral de la persona con el objeto de capacitarlos para la vida” (p. 224) y que facilita las relaciones interpersonales y previene los efectos perjudiciales de emociones como la ira, el miedo, el estrés y la depresión. Consecuentemente, citando a Martí (2008) las autoras describen la importancia de esta educación desde el ámbito familiar, ya que los padres tienen una influencia muy importante en el desarrollo de competencias emocionales de los hijos al actuar directamente sobre ellos y de manera indirecta a través de la observación y el modelado.

## Metodología

La metodología para la implementación del proyecto “Me Comprendo, Te Comprendo” se enmarca en el concepto de Prevención Primaria desde la Intervención Familiar. La OMS (2004) anota que la prevención en Salud Mental tiene por objeto reducir la incidencia, prevalencia, y recurrencia de los trastornos mentales lo que retarda o evita las consecuencias de dichas enfermedades en la persona afectada, sus familias y la sociedad (Mrazek y Haggerty citados en OMS, 2004), se busca desde la intervención familiar con un planteamiento preventivo optimizar el desempeño parental y la dinámica familiar que facilite el desarrollo de los adolescentes en sus contextos. Esta intervención tendrá un carácter universal ya que va dirigida a un grupo de la población que no está identificado como población de mayor riesgo.

En cuanto a las técnicas que se utilizarán se privilegiará la búsqueda del aprendizaje de tipo experiencial, el cual, de acuerdo con Máiquez y cols. (2000) facilita la construcción del conocimiento a partir del contexto sociocultural del grupo y en el caso de la formación de padres y madres implica abordar situaciones cotidianas familiares en las que los participantes construyen el aprendizaje a partir de sus teorías implícitas y mediante estrategias inductivas como lo son la reflexión y la discusión. Este tipo de técnicas implica estimular la participación, interacción y colaboración en un espacio donde el coordinador es mediador y facilitador del proceso de construcción, más que un experto. Cabe anotar que el proceso de convocatoria incluye la entrega de información completa sobre los objetivos y carácter de las actividades, de manera que haya una voluntad manifiesta para su participación por parte de quienes se inscriban. Algunas de las técnicas que se utilizarán en la implementación del



proyecto de intervención son las técnicas visuales, diagnósticas, centradas en la oralidad y participativas.

Las técnicas visuales a utilizar, como el video y los folletos, generan un impacto llamando la atención ante un tema específico, en este caso, la gestión de emociones, proceso necesario en la fase inicial de sensibilización. Adicionalmente, estas técnicas serán utilizadas durante la fase de formación y construcción, haciendo un apoyo en herramientas como carteles, diario, papelógrafo, entre otras, para plasmar las conclusiones de las actividades que se van realizando desde lo grupal e individual.

Las técnicas diagnósticas se usarán para facilitar el reconocimiento de situaciones presentes a partir de la realidad propia, con relación a los temas que interesan al proyecto, como son la gestión de emociones y la crianza. Se utilizarán durante la etapa final de la sensibilización y la fase de formación por medio de mapas, diálogos, lluvia de ideas, árbol de problema, entre otras.

En cuanto a las técnicas centradas en la oralidad, serán utilizadas durante todo el proyecto, ya que permiten reconocer y construir conceptos y habilidades a partir de los conocimientos y expresiones de los participantes. Se utilizarán técnicas como la conferencia y el conversatorio.

Las técnicas participativas brindan la oportunidad de destacar las experiencias y habilidades en situaciones cotidianas de los padres y cuidadores para generar desde su



interacción la discusión sobre temas puntuales, de manera que el proceso de construcción y aprendizaje se hace desde el consenso grupal y su contexto. Se utilizarán técnicas participativas como el Philip 66 y la mesa redonda, técnicas participativas integradoras, como juego de roles, recordar es vivir, entre otras. De la misma manera, se usarán técnicas participativas durante la creación del blog y de la caja de herramientas para facilitar la creación de la Red en la etapa final de Construcción.



## Matriz Metodológica

Cuadro 3: *Matriz Metodológica Fase 1*

<b>Objetivo:</b> : Sensibilizar a los participantes en la importancia de la gestión de emociones y la influencia en su estilo de crianza					
Actividad	Acciones	Recurso		Tiempo	Fuente de verificación
		Humano	Logístico		
1. Plegable sobre la importancia de las emociones en la crianza de los adolescentes	<p>Definir el contenido</p> <p>Concertar el diseño del plegable</p> <p>Impresión del plegables (1000)</p> <p>Distribución de los plegables a través de docentes directores de grupo y estudiantes que lo entregarán a padres y cuidadores</p> <p>Publicación del plegable en página del colegio</p>	<p>Especialistas en Intervención de Proyectos de SM (3)</p> <p>Diagramador o comunicador (1)</p> <p>Secretaria (1)</p>	<p>Página del Colegio</p> <p>Base de datos</p>	<p>4 horas para los especialistas (12)</p> <p>Diagramador Comunicador (10)</p> <p>Secretaria (4)</p>	<p>Plegable</p> <p>Registro de entrega del plegable a los alumnos</p> <p>Publicación en la página del colegio</p> <p>Soporte contable</p>
	Selección del tema del video	Especialistas en Intervención de	Página del Colegio	4 horas para los especialistas (12)	Video diseñado



<p>2.Video sobre el manejo de las emociones</p>	<p>Elaboración del video con apoyo de un comunicador visual</p> <p>Envío del video por redes sociales a cada padre de familia</p> <p>Subir el video en la página Web de la institución</p>	<p>Proyectos de SM (3)</p> <p>Diseñador audiovisual (1)</p> <p>Secretaria (1)</p>	<p>Base de datos</p>	<p>Diseñador (20)</p> <p>Secretaria (5)</p>	<p>Registro de envío del video</p> <p>Soporte contable</p>
<p>3. Presentación del Programa “Me comprendo, te comprendo”</p>	<p>Preparación de la presentación</p> <p>Envío de la invitación a la presentación a los padres o cuidadores de los grados 9,10,11</p> <p>Ejecución de la presentación</p> <p>Registro de padres/ cuidadores que se inscriban al proceso de formación</p>	<p>Especialistas en Intervención de Proyectos de SM (3)</p> <p>Auxiliar de logística (1)</p> <p>Secretaria (1)</p>	<p>1 auditorio para 100 personas Dotado</p> <p>Papelería y cronómetro</p> <p>Refrigerio para 100 personas</p>	<p>3 horas para los especialistas (9)</p> <p>Auxiliar logística (3)</p> <p>Secretaria (3)</p> <p>2 horas de auditorio</p>	<p>Lista de Asistencia</p> <p>Planeación de presentación</p> <p>Diapositivas</p> <p>Consentimiento firmado</p> <p>Evidencia fotográfica</p> <p>Registro de inscripciones</p> <p>Soporte contable</p>



Cuadro 4: *Matriz Metodológica Fase 2*

<b>Objetivo:</b> Brindar herramientas que faciliten la adecuada gestión de emociones de los padres y cuidadores de adolescentes en la práctica del estilo parental asertivo.					
Actividad	Acciones	Recurso		Tiempo	Fuente de verificación
		Humano	Logístico		
1. Conferencia inaugural “El mundo de las emociones”	Seleccionar el tema  Contratación del experto  Invitación a padres y cuidadores inscritos para fase Formar  Organización y desarrollo	Especialista en Neuroemoción (1)  Auxiliar de logística (1)  Especialistas Intervención en SM (3)  Secretaria (1)	Salón para 60 personas dotado (1)  Papelería y cronómetro  Refrigerio para 60 personas	2 Horas Conferencista  3 horas Salón  3 horas para los especialistas (9)  3 horas Auxiliar logística (3)  3 horas Secretaria (3)  Salón 3 horas	Lista de Asistencia  Diapositivas presentadas  Evidencia fotográfica  Entrega cronograma de talleres  Soporte contable
2. Ciclo de 5 Talleres para capacitar sobre gestión de emociones en la crianza:  Taller 1 “Mis emociones y la crianza”	Diseño de los talleres  Organización logística  Implementación de los talleres	Estimado por cada taller:  Especialistas en Intervención de	Estimado para cada taller:  Salón dotado para 60 personas	Estimado por cada taller:  6 horas para los especialistas (18)	Lista de asistencia  Lista de recibido de libreta





Taller 2: “El proceso de crianza desde el ayer al hoy”	Diseño de diario de seguimiento “Mis emociones y la crianza”	Proyectos de SM (3)	Papelería y cronómetro	Salón dotado para 60 personas (3)	Registro fotográfico
Taller 3: “Expresando mis emociones”		Auxiliar de logística (1)	Refrigerio para 60 personas	Auxiliar de logística (3)	Soporte contable
Taller 4: “Utilizando constructivamente mis emociones”		Secretaria (1)	50 libretas “Mis emociones y la crianza”	Secretaria (3)	
Taller 5 “Practicando mis habilidades”		Diseñador audiovisual (1)		Diseñador audiovisual (15)	



Cuadro 5: *Matriz Metodológica Fase 3*

<b>Objetivo:</b> Construir redes de apoyo con padres y / o cuidadores líderes del proyecto con el fin de continuar promoviendo la crianza asertiva					
Actividad	Acciones	Recurso		Tiempo	Fuente de verificación
		Humano	Logístico		
1.Convivencia “Picnic al parque”  *Practicando lo aprendido  *Nuestro pacto Te comprendo  *Formando Redes	Preparación de logística (adecuación)  Convocatoria a los hijos  Inscripción de padres y cuidadores participantes e hijos adolescentes asistentes (cupó máx. 100)  Realización de convivencia  Acto de pacto entre padre/cuidador y adolescente  Conformación equipo de líderes	Especialistas en Intervención en SM (3)  Secretaria (1)  Auxiliar de logística (1)	Servicio de pasadía para 100 personas  Transporte para 100 personas  DJ y Equipo de sonido  Velas 100	10 horas Especialistas en Intervención (30)  6 horas Secretaria  4 horas Auxiliar de logística  3 horas servicio de DJ  Servicio pasadía para 100 personas (3 horas)  Transporte para 100 personas	Registro fotográfico  Video (previo consentimiento o informado)  Registro Asistencia  Registro de conformación de equipo líder de la red Soporte contable
	Creación del Blog  Socialización	Especialista en Diseño de Página web (1)	Sala de informática con 15 computadores	20 Horas Especialista en Diseño de Página web	Blog institucional



<p>2.Conformación y socialización del Blog institucional “Me comprendo, te comprendo”</p>	<p>Capacitación al grupo de padres líderes y personal de seguimiento de la Institución</p>	<p>Especialistas en Intervención en SM (3) Padres y cuidadores líderes de la Red (10) Equipo institucional líder de la Red (3) Secretaria (1) Auxiliar de logística (1)</p>	<p>que cuenten con internet Distintivo del equipo líder de la Red (15) Refrigerio para 20 asistentes a capacitación Auditorio Dotado con capacidad para 400 personas para la socialización</p>	<p>10 horas Especialistas en Intervención en SM (30) 4 horas Equipo líder de la Red (40 horas de trabajo voluntario) Sala de informática con 15 computadores que cuenten con internet (4) 8 Horas Secretaria 4 horas Auxiliar de logística Auditorio Dotado con capacidad para 400 (3)</p>	<p>Asistencia a capacitaciones y socialización Registro fotográfico Video de capacitación sobre manejo del Blog Registro entrega de distintivos Soporte contable</p>
---	--	---	--	--	--



## Anexos

## Anexo A. Presupuesto

Objetivo:	Fase I: Sensibilizar a los participantes sobre la importancia de la gestión de emociones y la influencia en su estilo de crianza									
Actividad	Recurso humano	Cantidad a cotizar (h)	Valor unitario	Valor total	Recursos logísticos	Cantidad a cotizar (u)	Valor unitario	Valor total	Soporte contable	
Plegable	Especialistas en intervención	3	4	\$ 120.000	\$ 1.440.000	Impresión plegables	1000	\$ 100.000	\$ 100.000	
	Diagramador o comunicador	1	10	\$ 80.000	\$ 800.000					
	Secretaria	1	4	\$ 30.000	\$ 120.000					
<b>TOTAL PLEGABLE</b>									\$ 2.460.000	
Video	Especialistas en intervención	3	4	\$ 120.000	\$ 1.440.000	Página de la IE	1	\$ 60.000	\$ 60.000	
	Diseñador audiovisual	1	20	\$ 80.000	\$ 1.600.000	Paquete de internet	1	\$ 50.000	\$ 50.000	
	Secretaria	1	5	\$ 30.000	\$ 150.000					
<b>TOTAL VIDEO</b>									\$ 3.300.000	
Presentación del proyecto	Especialistas en intervención	3	3	\$ 120.000	\$ 1.080.000	Auditorio para 100 personas	2	\$ 350.000	\$ 700.000	
	Auxiliar logística	1	3	\$ 80.000	\$ 240.000	Papelería	1	\$ 50.000	\$ 50.000	
	Secretaria	1	3	\$ 30.000	\$ 90.000	Cronómetro	1	\$ 200.000	\$ 200.000	
						Refrigerios	100	\$ 3.000	\$ 300.000	
<b>TOTAL PRESENTACIÓN</b>									\$ 2.660.000	
<b>TOTAL FASE I</b>	6.960.000				1.460.000					
	<b>\$ 8.420.000</b>									

Objetivo:										
Fase 2: Brindar herramientas que faciliten la adecuada gestión de emociones de los padres y cuidadores de adolescentes en la práctica del estilo parental asertivo										
Actividad	Recurso humano	Cantidad a cotizar (h)	Valor unitario	Valor total	Recursos logísticos	Cantidad a cotizar (u)	Valor unitario	Valor total	Soporte contable	
Conferencia	Especialista Neuroemoción	1	\$ 250.000	\$ 250.000	Salón dotado para 60 personas	3 horas	\$ 150.000	\$ 450.000		
	Especialistas en Intervención	3	\$ 120.000	\$ 360.000						
	Auxiliar logística	1	\$ 80.000	\$ 80.000	Papelería	1	\$ 50.000	\$ 50.000		
	Secretaría	1	\$ 30.000	\$ 30.000	Refrigerios	60	\$ 3.000	\$ 180.000		
<b>TOTAL CONFERENCIA</b>									\$ 2.590.000	
Talleres (5)	Especialistas en Intervención	3	\$ 120.000	\$ 360.000	Salón dotado hora para 60 personas	3	\$ 150.000	\$ 450.000		
	Auxiliar logística	1	\$ 80.000	\$ 80.000						
	Secretaría	1	\$ 30.000	\$ 30.000	Papelería	1	\$ 50.000	\$ 50.000		
	Diseñador audiovisual	1	\$ 80.000	\$ 80.000	Refrigerios	60	\$ 4.000	\$ 240.000		
									\$ 1.200.000	
									\$ 1.000.000	
<b>TOTAL TALLERES</b>									\$ 18.350.000	
<b>TOTAL FASE 2</b>				\$ 15.560.000					\$ 5.380.000	
									\$ 20.940.000	



Objetivo:										
Fase 3: Construir redes de apoyo con padres y/o cuidadores líderes del proyecto con el fin de continuar promoviendo la crianza asertiva										
Actividad	Recurso humano	Cantidad a cotizar (h)	Valor unitario	Valor total	Recursos logísticos	Cantidad a cotizar (u)	Valor unitario	Valor total	Soporte contable	
Picnic al parque	Especialistas en Intervención	3	10	\$ 120.000	\$ 3.600.000	Transporte bus de 50 personas	2	\$ 150.000	\$ 300.000	
	Auxiliar logística	1	4	\$ 80.000	\$ 320.000	Espacio abierto pasadía para 100 personas	100	\$ 20.000	\$ 2.000.000	
	Secretaria	1	6	\$ 30.000	\$ 180.000	Velas	100	\$ 400	\$ 40.000	
						DJ por hora	1	3	\$ 150.000	\$ 450.000
<b>TOTAL PICNIC</b>									\$ 6.890.000	
Blog institucional	Diseñador páginas web	1	20	\$ 80.000	\$ 1.600.000	Sala de informática 15 equipos e internet	4	\$ 150.000	\$ 600.000	
	Especialistas en Intervención	3	10	\$ 120.000	\$ 3.600.000	Distintivo de líderes 15	15	\$ 5.000	\$ 75.000	
	Padres y cuidadores líderes de la Red	10	4		\$ -	Refrigerio capacitaciones	20	\$ 4.000	\$ 80.000	
	Equipo institucional de líderes	3	4		\$ -	Auditorio dotado para 400 personas /hora	3	\$ 350.000	\$ 1.050.000	
	Secretaria	1	8	\$ 30.000	\$ 240.000					
	Auxiliar logística	1	4	\$ 80.000	\$ 320.000					
<b>TOTAL BLOG</b>									\$ 7.565.000	
<b>TOTAL FASE 3</b>				<b>9.860.000</b>				<b>4.595.000</b>	<b>14.455.000</b>	
	\$									

<b>RESUMEN PRESUPUESTO</b>	
<b>ASPECTO</b>	<b>VALOR TOTAL</b>
<b>Fase 1 Sensibilización</b>	\$8.420.000
<b>Fase 2 Formación</b>	\$20.940.000
<b>Fase 3 Construcción</b>	\$14.455.000
<b>Total</b>	<b>\$43.815.000</b>
10% + Administración	\$4.381.500
5%+ Imprevistos	\$2.190.750
<b>Total parcial</b>	<b>\$50.387.250</b>
19%+ IVA	\$8.324.850
<b>Total</b>	<b>\$58.712.100</b>
- Recursos propios	\$5.860.000
Espacios físicos	\$5.050.000
Integrante del equipo interventor	\$0
<b>Valor total neto</b>	<b>\$52.852.100</b>





**Anexo B. Cronograma**

CRONOGRAMA												
FASE	ACTIVIDAD	MES 1	MES 2	MES 3	MES 4	MES 5						
SENSIBILIZACIÓN	Presentación del proyecto	■										
	Diseño de folletos "importancia de las emociones"	■										
	Circulación de folletos		■									
	Diseño de video " manejo de las emociones"		■									
	Presentación y difusión video			■								
	Realización taller "Mis emociones...un reto hoy"				■							
	Inscripción proceso de formación				■							
FORMACIÓN	Conferencia "El mundo de las emociones"			■								
	Realización de taller "Mis emociones y la crianza"			■	■							
	Realización de taller "El proceso de crianza desde el ayer al hoy"				■	■						
	Realización de taller "Expresando mis emociones"					■	■					
	Realización de taller "Utilizando constructivamente mis emociones"						■	■				
	Realización de taller "Practicando mis habilidades"							■	■			
	inscripciones "Picnic al Parque"								■			
COSTRUCCIÓN	Realización de "Picnic al Parque"									■	■	
	Inscripción capacitación redes										■	
	Realización del blog											■
	Capacitación del Blog											■
	Socialización											■





**Anexo C. Indicadores**

<b>Fase 1. Sensibilizar</b>				
<b>Objetivo: : Sensibilizar a los participantes en la importancia de la gestión de emociones y la influencia en su estilo de crianza</b>				
<b>Resultados esperados</b>	<b>Actividad</b>	<b>Indicadores de actividad</b>	<b>Indicadores de población</b>	<b>Fuentes de Verificación</b>
Padres y cuidadores que reconocen la importancia de las emociones y su influencia en la crianza	1.Plegable sobre la importancia de las emociones en la crianza de los adolescentes	1 plegable publicado en la página del colegio y 1000 Plegables informativos sobre importancia de las emociones en la crianza entregados a los padres, cuidadores y adultos de la comunidad educativa para cumplir el 100% de la actividad	El 70% de los padres y cuidadores reciben el plegable informativo	Registro de entrega del plegable Plegable visible en la página del colegio
	2.Video sobre el manejo de las emociones	1 video difundido a los padres de familia y/o cuidadores a través de la página y redes sociales de la IE sobre el manejo de las emociones para cumplir el 100% de la actividad	El 80% de los padres y cuidadores reciben el video a través de las redes sociales y página del colegio	Video diseñado Registro de envío del video por redes Video presente en la página del colegio
	3. Presentación Programa “Me comprendo, Te Comprendo”	1 Presentación del programa realizada para cumplir el 100% de la actividad	El 35% (85 personas) de los padres y cuidadores de los grados 9, 10 y 11 asisten a la presentación del programa y el 70% (60 personas) de asistentes se inscribe a la fase 2	Lista de Asistencia Evidencia fotográfica Registro de inscripciones



<b>Fase 2. Formar</b>				
<b>Objetivo:</b> Brindar herramientas que faciliten la adecuada gestión de emociones de los padres y cuidadores de adolescentes en la práctica del estilo parental asertivo.				
<b>Resultados esperados</b>	<b>Actividad</b>	<b>Indicadores de actividad</b>	<b>Indicadores de población</b>	<b>Fuentes de Verificación</b>
Padres y/o cuidadores que conocer herramientas que facilitan la gestión de sus emociones en la práctica de su estilo parental	1. Conferencia inaugural "El mundo de las emociones"	1 conferencia "El mundo de las emociones " realizada con apoyo de Especialista en Neuroemoción para completar el 100% de la actividad	El 70% ( 42 ) de las padres y cuidadores inscritos a la fase 2 asiste a la conferencia	Lista de Asistencia Diapositivas Evidencia fotográfica
	5 Talleres para capacitar sobre gestión de emociones en la crianza	5 talleres de fortalecimiento en gestión de emociones para los padres y cuidadores participantes de la fase Formar para completar el 100% de la actividad propuesta	El 70% (42 ) de los padres y cuidadores inscritos en la fase Formar asisten y participan a cada uno de los talleres desarrollados	Lista de asistencia Registro fotográfico

<b>Fase 3. Construir</b>				
<b>Objetivo:</b> Construir redes de apoyo con padres y / o cuidadores líderes del proyecto con el fin de continuar promoviendo la crianza asertiva				
<b>Resultado Esperado</b>	<b>Acciones</b>	<b>Indicadores de actividad</b>	<b>Indicadores de población</b>	<b>Fuente de verificación</b>
Padres comprometidos con la promoción de la asertividad en los estilos de crianza y líderes que construyen la Red	Convivencia "Picnic al parque"  *Practicando lo aprendido  *Nuestro pacto Te comprendo  *Formando Redes	1 "Picnic al parque" desarrollado en compañía de padres y cuidadores participantes y sus hijos adolescentes, para completar el 100% de la actividad	EL 72% (50) de las personas asisten al picnic en compañía de 1 invitado Cupo máximo 100 personas (50 cupos para adultos y 50 para adolescentes)  El 20% (10) de los padres y cuidadores asistentes al picnic se inscribe como voluntario para el desarrollar el Blog	Registro fotográfico Registro Asistencia Registro de conformación de equipo líder de la red
	Blog institucional "Me comprendo, te comprendo"	1 Blog institucional desarrollado, apropiado por equipo de líderes; socializado y abierto a la participación de la comunidad educativa para completar el 100% de la actividad	El 70% (7) del equipo de líderes voluntarios inscritos reciben la capacitación del Blog  El 30% de los adultos que conforman la comunidad educativa asisten a la socialización del Blog "Me comprendo, Te comprendo"	Blog institucional Registro de asistencia a capacitaciones Registro fotográfico Registro entrega de distintivos



### Referencias Bibliográficas

- Álvarez, Z.M., Ramírez, J.B., Silva, R.A., Coffin C.N. y Jiménez, M.L. (2009). La relación entre depresión y conflicto familiar en adolescentes. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy.*, 9(2), p. 205-216. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/560/56012878005.pdf>
- Arias Gallegos, W.L. (2013). Agresión y Violencia en la Adolescencia: La importancia de la Familia. *Av. Psicol.* 21 (1), Enero-Julio 2013, p. 23-34. DOI: <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2013.v21n1.303>
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11 (1), p. 56-95. Disponible en <https://doi.org/10.1177/02724316911111004>
- Baumrind, D. (1996 a). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37V (4), 887-907. Disponible en <http://dx.doi.org/10.2307/1126611>
- Baumrind, D. (1996 b). The discipline controversy revisited. *Family relations: journal of applied family & child studies*, 45(4), p. 405-414. DOI: 10.2307 / 585170 <https://www.jstor.com/stable/585170>
- Berrocal, P.F. y Pacheco, N. E. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de*



- Formación del profesorado*, 19(3), 63-93. Recuperado de:  
<https://www.redalyc.org/pdf/274/27411927005.pdf>
- Bisquerra, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Madrid: Síntesis. Disponible en  
<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Psicopedagogia%20de%20las%20emociones%20-%20Rafael%20Bisquerra%20Alzina-1.pdf>
- Bravo, C.G., Guevara, C.R. y Navia, R. I. (2018). Influencia del tipo de vínculo afectivo materno y paterno en la conducta agresiva de los adolescentes. Caso noveno año de la Unidad Educativa del Milenio Olmedo, periodo 2016 – 2017. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, marzo 2018. Recuperado de:  
<https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/conducta-agresiva.html>
- Bronfenbrenner, U. (1987). *Teoría Ecológica de Bronfenbrenner*. Ibérica: Paidós.
- Capano, B.A., González, T. y Massonnier, N. (2016). Estilos relacionales parentales: estudio con adolescentes y sus padres. *Revista de Psicología (PUCP)*, 34(2), p. 413-444. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.18800/psico.201602.008>
- Castillo, S., Sibaja, D., Carpintero, L. y Romero-Acosta, K. (2015). Estudio de los estilos de crianza en niños, niñas y adolescentes en Colombia: un estado del arte. *Búsqueda*, 2(15), p. 64-70. Recuperado de:  
<https://doi.org/10.21892/01239813.97>
- Casullo, M. M. y Liporace, M.F. (2008). Percepción sobre estilos e inconsistencia parentales en adolescentes argentinos. *Estudios de Psicología (Campinas)*, 25(1), p. 3-9.  
<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2008000100001>





Congreso de Colombia (2013). Ley 1616 de 21 de enero de 2013. Disponible en <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Darling, N. y Steinberg, L. (1993) Parenting Style as Context: An integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113 (3). p.487-496. Disponible en <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>

Gallego, H.A. (2012). Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características. *Revista virtual Universidad Católica del Norte*, (35), p. 326-345. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=194224362017>

García, B.T. (2013). Usos y acepciones del concepto “Familia”: entre el texto y la realidad. *Revista Humanismo y Sociedad*, 1(1), p. 37-48. Recuperado de: <http://fer.uniremington.edu.co/ojs/index.php/RHS/article/view/5>

García, F. y Gracia, E. (2010) ¿Cuál es el estilo óptimo de socialización parental en España? Un estudio con niños y adolescentes de 10 a 14 años. *Journal for the Study of Education and Development*, 33(3), p. 365-384, DOI: 10.1174 / 021037010792215118

García , A.J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud & sociedad*, 4(1), p. 48-58. DOI: <https://doi.org/10.22199/S07187475.2013.0001.00004>

García-Sánchez, B.Y. y Guerrero-Barón, J. (2011). Nuevas concepciones de autoridad y cambios en las relaciones de violencia en la familia y la escuela. *La violencia en las*



*escuelas*. 4(8). Edición Especial Julio-Diciembre 2011. p. 297-318. DOI:  
<https://doi.org/10.22199/S07187475.2013.0001.00004>

Goleman, D. (1998) *la práctica de la inteligencia emocional*. Ed. Kairós, S.A. Primera edición. Enero, 1999. [https://books.google.es/books?hl=es&lr=lang\\_es&id=s-ybDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=goleman+inteligencia+emocional&ots=4en-QF8riV&sig=URaHZapawI4A5kL\\_b\\_GbGKtlqYk#v=onepage&q&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=lang_es&id=s-ybDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT6&dq=goleman+inteligencia+emocional&ots=4en-QF8riV&sig=URaHZapawI4A5kL_b_GbGKtlqYk#v=onepage&q&f=false)

González, R.M., y Landero, H.R. (2012). Diferencias en la percepción de estilos parentales entre Jóvenes y Adultos de las mismas familias. *Summa Psicológica U.S.T.* 2012, 9(1), p. 53-64. Recuperado de:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3974456>

Gracia, F.E., Murillo, M. L., y García, F. (2008) Estilos educativos parentales y ajuste psicológico de los hijos: cuestionando la preeminencia del estilo autoritativo. *Pautas de socialización parental: conceptualización y medición*, 131. Recuperado de:  
[https://www.uv.es/egracia/enriquegracia/docs/scanner/Gracia\\_Garcia\\_Lila.%202008.pdf](https://www.uv.es/egracia/enriquegracia/docs/scanner/Gracia_Garcia_Lila.%202008.pdf)

Granic, I., Hollenstein, T., Dishion, T.J. y Patterson, G.R. (2003). Análisis longitudinal de flexibilidad y reorganización en la adolescencia temprana: un estudio de sistemas dinámicos de interacciones familiares. *Psicología del desarrollo*, 39 (3), p. 606–617.  
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.39.3.606>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (2017). ABC Lineamiento técnico para la atención de niños, niñas y adolescentes con sus derechos amenazados o vulnerados por causa de la violencia. Recuperado de:



[https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/procesos/lm21.p\\_lineamiento\\_tecnico\\_atencion\\_nna\\_con\\_derechos\\_inobservados\\_amenazados\\_y\\_vulnerados\\_por\\_causa\\_de\\_la\\_violencia\\_v1.pdf](https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/procesos/lm21.p_lineamiento_tecnico_atencion_nna_con_derechos_inobservados_amenazados_y_vulnerados_por_causa_de_la_violencia_v1.pdf)

Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses. Observatorio de Violencia. (s.f.)

Disponible en: <https://www.medicinalegal.gov.co/observatorio>

Isaza, V.L. y Henao, G. (2011). Relaciones entre el clima social familiar y el desempeño en Habilidades sociales en niños y niñas entre dos y tres años de edad. *Acta Colombiana de Psicología* 14 (1), p. 19-30. Recuperado de: [http://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas\\_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/355](http://editorial.ucatolica.edu.co/ojsucatolica/revistas_ucatolica/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/355)

Jaramillo, J. y Betancur, C. (2019). Del control al apoyo: representaciones sociales sobre adultos significativos en adolescentes de Medellín. *Revista Katharsis*, 27, p. 26-40, DOI: <https://doi.org/10.25057/25005731.1113>

Keyes, C., Shmotkin, D. y Ryff, C.D. (2002). Optimización del bienestar: el encuentro empírico de dos tradiciones. *Revista de personalidad y psicología social*, 82(6), p. 1007-1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>

Luque, O.M. (4 de Febrero, 2013). Fundamentos teóricos de la familia como parte del paciente. *Revista Médica Electrónica Portales Médicos*. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/familia-paciente/>

Maldonado, M. y Micolta L.A. (2003). *Los Nuevos Padres Las Nuevas Madres*. Programa Editorial Universidad del Valle. Cali, Colombia. ISBN9586702480, 9789586702485





- Máiquez, M.L., Rodrigo, M.J., Capote, C. y Vermaus, I. (2000). Aprender en la vida cotidiana. Un programa experiencial para padres. Madrid: Editorial Visor.
- Márquez-Cervantes, M.C. y Gaeta-González, M.L. (2017). Desarrollo De competencias emocionales en preadolescentes: el papel de padres y docentes. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 20(2), p. 221---235.  
DOI:<http://dx.doi.org/10.6018/reifop.20.1.232941>
- Mestre, M.V., Tur, A.M, Samper, P., Nácher, M.J. y Cortés, M.T. (2007). Estilos de crianza en la adolescencia y su relación con el comportamiento prosocial. *Revista Latinoamericana de Psicología*, vol. 39 (2), 2007, p. 211-225. Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80539201>
- Ministerio de Salud y Protección Social (2013). Resolución 1841 de 2013. Por el cual se adopta el Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021. Disponible en <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/resolucion-1841-de-2013.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2016 a). Análisis de Situación de Salud: Dimensión Convivencia Social y Salud Mental Colombia, 2014. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/asis-convivencia-social-salud-mental.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social (2016 b).Modelo Integral de Atención en Salud – MIAS de 2016. Disponible en <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PSA/anexo-4-documento-mias.pdf>



Ministerio de Salud y Protección Social (2017). Boletín de salud mental. Salud Mental de niños, niñas y adolescentes. Subdirección de Enfermedades No Transmisibles. Grupo Gestión Integrada para la Salud Mental. Bogotá, diciembre de 2017. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/boletin-4-salud-mental-nna-2017.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social (2018). Política Nacional de Salud Mental de 2018. Disponible en <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social y Colciencias (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental 2015. Disponible en: [http://www.odc.gov.co/Portals/1/publicaciones/pdf/consumo/estudios/nacionales/C0031102015-salud\\_mental\\_tomoI.pdf](http://www.odc.gov.co/Portals/1/publicaciones/pdf/consumo/estudios/nacionales/C0031102015-salud_mental_tomoI.pdf)

Montañés, M., Bartolomé, R., Montañés, J. y Parra, M. (2008). Influencia del Contexto Familiar en las Conductas Adolescentes. *Ensayos*, (17), p. 391-407. Recuperado de: [dialnet-InfluenciaDelContextoFamiliarEnLasConductasAdolesc-3003557%20\(2\).pdf](#)

Montoya, I., Postigo Z.S. y González B.R.. (2016) Programa PREDEMA. Programa de Educación Emocional para Adolescentes De la Emoción al Sentido. Ediciones Pirámide. Primera Edición, 2016. Disponible en: <https://www.edicionespiramide.es/libro.php?id=4640191>



Mulsow, G. (2008). Desarrollo emocional: impacto en el desarrollo humano. *Educação*, 31(1), enero-abril, 2008, p. 61-65. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul . Porto Alegre, Brasil. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=84806409>

Musito G. y Allat P. *Psicosociología de la Familia*. Edit. Albatros. Valencia. 1994

Oliva, A. (2006). Relaciones familiares y desarrollo adolescente. *Anuario de Psicología*, 37(3), Diciembre, p. 209-223. Universidad de Barcelona. Barcelona, España  
Recuperado de: <https://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/view/61838>

Organización Mundial de la Salud. (2004). Prevención de los Trastornos Mentales: Intervenciones efectivas y opciones de políticas. *Informe Compendiado Ed.*  
Recuperado de: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/78545>

Organización Mundial de la Salud (2016). Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente. Recuperado de: [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/es/)

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). Disponible en: <https://redcontraelabusosexual.org/mi-familia-mi-mundo/>

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



[file:///C:/Users/guirremo%20e%20isabel/Downloads/Dialnet-ElPapelDeLaFamiliaEnElDesarrolloSocialDelNino-6573534%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/guirremo%20e%20isabel/Downloads/Dialnet-ElPapelDeLaFamiliaEnElDesarrolloSocialDelNino-6573534%20(3).pdf)

Parra J.A. y Oliva D.A. (2002). Comunicación y conflicto familiar durante la adolescencia. *Anales de Psicología*, 18(2), Diciembre, p. 215-231. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16718202.pdf>

Pérez Ramos, M., y Alvarado Martínez, C. (2015). Los estilos parentales: su relación en la negociación y el conflicto entre padres y adolescentes. *Acta de investigación psicológica*, 5(2), p. 1972-1983. Recuperado de: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-48322015000201972](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322015000201972)

Rodrigo, Ma.J., García, M., Máiquez, M.L., Rodríguez, B. y Pavón, I. (2008). Estrategias y metas en la resolución de conflictos cotidianos entre adolescentes, padres y madres. *Journal for the Study of Education and Development*, 31(3), p. 347-362. DOI : 10.1174 / 021037008785702965

Rollins, B. C. y Thomas, D. L. (1979). Parental support, power and control techniques in the socialization of children, en W. R. Burr et al. (eds). *Contemporary Theories About the family*, vol 1, New York. The Free Press, P.317-364. Disponible en <https://agris.fao.org/agris-search/search.do?recordID=US201301454767>

Sánchez, G., Aguirre, M., Solano, N. y Viveros, E. (2015). Sobre la dinámica familiar. Revisión documental. *Cultura Educación y Sociedad* 6(2), p. 117-138. Disponible en: [https://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionysociedad/article/view/1049/pdf\\_223](https://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionysociedad/article/view/1049/pdf_223)



UNICEF (2013). *La adolescencia*. Recuperado de:  
[http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos\\_6879.htm](http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6879.htm)

UNICEF Colombia, (2015). El código de la infancia y la adolescencia 2015. Disponible en  
<https://www.unicef.org/colombia/informes/codigo-de-la-infancia-y-la-adolescencia-version-comentada>

Vera N.J., Morales, N.D., y Vera, N.C. (2005). Relación del desarrollo cognitivo con el clima familiar y el estrés de la crianza. *Psico-USF*, 10(2), p. 161-168.  
<https://doi.org/10.1590/S1413-82712005000200007>

