

INTERACCIÓN FAMILIAR, FACTOR QUE APORTA A LA REGULACIÓN DE EMOCIONES EN NIÑOS DE PREESCOLAR

YAZMÍN GUADALUPE SOTO MEDINA

MARTHA LIZETH TEQUIDA LÓPEZ

BENEMÉRITA Y CENTENARIA ESCUELA NORMAL DEL ESTADO DE SONORA

ROSELLA CELAYA MARINA

JARDÍN DE NIÑOS USI ALEYA

TEMÁTICA GENERAL: APRENDIZAJE Y DESARROLLO HUMANO

RESUMEN

La presente investigación de corte cualitativo es un estudio de caso, llevada a cabo en un jardín de niños de la ciudad de Hermosillo, Sonora. Mediante una entrevista semi-estructurada a 14 padres de familia de la comunidad escolar. Mediante el estudio se buscó comprender ¿Qué importancia tiene la interacción familiar, para que el niño de preescolar regule sus emociones? Con el objetivo de conocer la interacción que existe entre padres e hijos para saber qué implicación tiene en la regulación de emociones. Entre los principales hallazgos se encontró que los padres consideran que deben apoyar a sus hijos en diferentes momentos, utilizando estrategias para brindar ese apoyo; además resaltan la importancia del afecto y la motivación para hacerlos sentir seguros y aprender a manejar las situaciones que se les presentan en momentos de conflicto, asumen que de esta manera pueden ser más competentes en el manejo de sus emociones. Se concluye que el apoyo familiar y la interacción que se da entre los miembros de una familia son factores que permiten a los niños contar con elementos de regulación. También que las estrategias que se pueden considerar efectivas pueden tener repercusiones negativas si solo se manejan como estándares de conducta.

Palabras clave: Emociones, Regulación, Interacción Familiar, Crianza.

Introducción

Las emociones juegan un papel muy importante en el desarrollo de todo individuo; los niños desde que nacen se encuentran en la búsqueda constante de aprendizaje y uno de ellos tiene que ver con el aprender a regular lo que sienten. Los primeros años de vida los infantes se conocen a sí mismos y a las personas que los rodean, aprenden sobre cómo manejar diversas situaciones. Sin embargo, en ocasiones les es difícil controlar lo que sienten ante estímulos exteriores, detonando en

conductas disruptivas o poco agradables para los demás. Cuando los niños ingresan a preescolar tienen el primer desapego del contexto familiar y pasan de un medio en donde en muchos de los casos tienen el control a otro en el que se tienen que interiorizar reglas para la convivencia, donde tienen que compartir, interactuar, comunicarse y ser empáticos con los demás, lo cual genera un conflicto emocional en el que tienen que asimilar su nuevo rol.

Las emociones influyen en muchos aspectos de las personas, el regularse emocionalmente es un proceso dinámico en el que se aprende constantemente. En la actualidad se habla en distintos medios sobre la regulación de emociones, se hace hincapié en la utilización de estrategias y en el desarrollo de la misma desde edades preescolares; de esta manera es más sencillo para el alumno aprender esos aspectos, desarrollarse democráticamente y practicar valores dentro de la sociedad que lo rodee, así será más fácil vivir armónicamente en un futuro. Se analizaron investigaciones previas organizadas en tres dimensiones distintas: familia, desarrollo emocional y educación; pues estos se considera relevante la interacción de estos factores en la comprensión del tema de estudio.

Sánchez y Pérez (2009) realizaron una investigación que buscaba obtener resultados hacia la vertiente de la educación emocional de los padres, consideran que esta es necesaria para que después ellos eduquen a sus hijos en la autorregulación; después de haber aplicado dos instrumentos con 360 familias, encontraron que los padres requieren de la educación emocional para complementar la educación obligatoria de sus hijos y así favorecer la regulación de emociones. Henao y García (2009) consideraron tres dimensiones: autorregulación, comprensión emocional y empatía; concluyen que es necesario un estilo de crianza equilibrado como generador de conductas adecuadas y adaptativas.

Cruz (2009) encontró que los niños que desarrollan la regulación emocional “se enfrentan con éxito en la vida, responde de una manera libre e inteligente, resuelven problemas, aumenta la autoestima, se sienten amados, aceptados, seguros, relajados, felices e importantes, aprenden y participan con responsabilidad en el ambiente que le rodea” (p.48). Sanz (2012) tiene una fuerte aportación a lo que los autores anteriores han realizado ya que esta es una propuesta didáctica que se basa en el estudio de las emociones en esta etapa escolar, inicia con un análisis de antecedentes sobre las emociones y la inteligencia emocional la cual la considera como la manera en la que se procesan las emociones según la información que estas brinden.

Estudiar factores como la interacción familiar en el apoyo de la regulación de emociones, permite que dentro de las aulas se conozcan los procesos que se viven en casa y así los educadores pueden atender mejor a sus alumnos, para lograr el desarrollo de habilidades en el control de sí mismos, independencia y rendimiento académico en los niños. En educación preescolar se considera relevante renovar el pacto entre el estudiante, docente, familia y escuela en el que se establece que cuando “las normas se elaboran de manera participativa con los alumnos, e incluso con

sus familias, se convierten en un compromiso compartido y se incrementa la posibilidad de que se respeten, permitiendo fortalecer su autoestima, su autorregulación y su autonomía” (SEP, 2011, p.40).

Para que el problema pudiera ser comprendido, los objetivos atendidos y la investigación sobre la regulación de emociones en niños preescolares, tuviera sentido, se planteó la pregunta ¿Qué importancia tiene la interacción familiar, para que el niño de preescolar regule sus emociones? Los objetivos tanto general como específicos fueron, Objetivo General: Conocer la interacción que existe entre padres e hijos de un jardín de niños de Hermosillo, Sonora, para saber qué implicación tiene en la regulación de emociones. Los específicos: Identificar la comunicación que existe entre la familia y el niño para que él logre regular sus emociones; Indagar sobre los tipos de interacción entre las familias y qué sentido tienen para la regulación de emociones en el niño.

Desarrollo

Las emociones pueden ser comprendidas desde múltiples acepciones y factores, por lo cual es necesario definir las a partir de la temática de análisis, Díaz (2010) menciona que las emociones son “reacciones subjetivas al ambiente que van acompañadas de respuestas neuronales y hormonales. Generalmente se expresan como agradables o desagradables y se consideran reacciones de tipo adaptativo que afectan a nuestra manera de pensar y ser” (p.9) mientras que para Blázquez (2008) es “la respuesta de todo organismo que implique: una excitación fisiológica; conductas expresivas y una experiencia consciente” (p.4), para ambos autores las emociones, son respuestas del cuerpo a estímulos o situaciones que vive, independientemente si estas son buenas o malas, agradables o desagradables.

La regulación emocional para Bisquerra (2016) es “la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc.” (párr.1), de la misma manera Bruce (2012) considera a la regulación emocional como “las capacidades de los niños de identificar y manejar sus sentimientos” (párr.1), por lo tanto según las definiciones de los autores, la diferencia entre regulación de emociones e inteligencia emocional, radica en la habilidad para comenzar a modificar los comportamientos cuando una emoción es identificada.

Vergara (2002) menciona que “Los padres/madres se sirven de varias técnicas de crianza, según la situación, el hijo y la conducta de éste en ese momento [...] para hacer esto, deben balancear las dimensiones paternas de control y animación” (p.10) es decir, que existen padres con distintas habilidades y que se sirven de la situación para actuar autoritaria, permisiva o desinteresadamente, según la necesidad del hijo en ese momento. Además del estilo de crianza que tengan los padres de familia del niño, también existen otros factores que lo rodean y que se relacionan estrechamente con la capacidad de regular las emociones desde edades tempranas tales como “Las experiencias afectivas con sus cuidadores primarios en los primeros años de vida tienen una enorme influencia a

favor del desarrollo cognitivo, social y emocional, íntimamente relacionados” (Armus, Duhalde, Oliver & Woscoboinik, 2012, p.11).

El niño nace con la necesidad de crear vínculos que lo ayuden a regular sus emociones y su desarrollo emocional se va logrando en medida que los vínculos y lazos con los cuidadores del pequeño se van formando hasta crear bases emocionales sólidas, sin embargo, esta se da “en el contexto de una relación con otro ser humano. El contacto físico y emocional [...] permite al niño establecer la calma en situaciones de necesidad e ir aprendiendo a regular por sí mismo sus emociones” (Armus, et al, 2012, p. 12), para ello falta esperar “Hasta llegar a la autonomía total será necesario un largo proceso, no sólo madurativo a nivel biológico y psicológico sino también de aprendizaje social y emocional” (Bejarano, 2009, párr.61) pero, brindando este sostén a los niños.

Metodología

El enfoque bajo el cual se llevó a cabo la investigación es el cualitativo, mediante el método de estudio de caso. El instrumento fue una entrevista semi estructurada de siete cuestionamientos, validada por expertos, el investigador, la teoría y los participantes; la entrevista inicial estaba integrada por 20 cuestionamientos, en la primera validación se redujeron a nueve y posteriormente al número que se menciona con antelación, eran preguntas elaboradas de tal forma que se indagaba acerca de los estilos de crianza, el desarrollo emocional del niño, el sostén emocional que hay dentro de la familia, las cuales estaban planteadas de tal manera que surgiera un diálogo entre investigador y participante para así conocer la relación que hay entre la cultura de las familias el objeto de estudio, la interacción familiar para la regulación de emociones en los niños preescolares.

Para las entrevistas se eligió a 14 padres de familia de un jardín de niños de la ciudad de Hermosillo, Sonora; es decir, dos progenitores por grupo. Para ello se solicitó a las educadoras que eligieran a los papás de dos alumnos en los que ellas hubiesen observado cambios repentinos de emociones, autonomía, problemas de autorregulación, es decir, alumnos con las características: capacidad de regulación emocional, independientes y seguros o poca capacidad para regular sus emociones, generadores de conflicto por medio del enojo, inseguros o que se aislaban del grupo. Así a través de la entrevista, se pudiera conocer más a fondo el grupo social, la familia, la relación que tiene con la crianza y los estilos de vida familiar para que los niños logren su regulación emocional.

Resultados

Después de realizar las entrevistas, transcribirlas e interpretarlas, se establecieron categorías de análisis que apoyaron la comprensión y discusión de los resultados obtenidos. Con respecto al apoyo que se recibe para que algún miembro de la familia logre los objetivos o metas que se propone, debido a las respuestas obtenidas esta se categorizó en el apoyo que reciben los niños de sus padres

y viceversa. Entre las aportaciones el 95% de los progenitores mencionan que lo hacen conversando para establecer acuerdos o por medio de la motivación, así como lo describe el entrevistado 9 en la siguiente información:

Echándonos porras jeje, diciéndonos tu puedes, ¡tú puedes (abril, 2016).

Además, también algunos buscan apoyar a sus hijos corrigiendo sus errores o poniendo de ejemplo a otros niños y de esta manera mencionan que se motivan a cambiar o mejorar en aquellos aspectos que consideran que tienen áreas de oportunidad

El más grande quería mejorar la letra, entonces todos ayudábamos y apoyábamos diciéndole por ejemplo, esta está muy fea o esta está muy bonita, todos hasta el más chiquito y así mejoró la letra (entrevistado 1, abril 2016).

Mientras que en las respuestas que hacen mención a lo que los hijos hacen como niños para ayudar a los padres, en el 100% de las familias, se encuentran respuestas muy similares,

Les pregunto a ellos, ¿les gusta lo que hago, cómo lo hago? y ya me dicen ay mamá que bonito y aunque sea la opinión de un niño pues te motiva (entrevistado 8, abril 2016).

Se aprecia que tanto los padres como los hijos, buscan las palabras para motivarse en los planes que se proponen, el tipo de apoyo que se da en todos los grupos tiene una relación con la motivación y la guía de parte de los adultos hacia los pequeños. Garrido (2000) afirma que “la motivación es un proceso psicológico que determina la acción de una forma inmediata y reversible, y que contribuye, junto a otros procesos psicológicos y otros factores, a la regulación del patrón de actividad y a su mantenimiento, hasta la consecución de la meta” (p. 455), por lo que dentro de este proceso motivacional que se vive en las familias se logran ver los apoyos que se generan gracias a esta.

En el apoyo de los papás hacia los niños cuando estos enfrentan miedos, y se aprecia en el 70% de las respuestas que los mayores se consideran guías, buscan la manera de explicar, acompañar y lo ven como un proceso que se debe seguir poco a poco hasta que el menor pueda avanzar por sí solo

Pues platicando con ellos no es así nomas de rápido de ya, le digo y ya van a pasar las cosas, por ejemplo dormían con una lamparita porque les daba miedo la oscuridad, tenían una lamparita de las que tocas y se va a bajando la intensidad, entonces empezaron muy alta y ahorita ya les dije que no tenía la conexión que se había perdido, podrían dormir así voy a dejar la del baño un ratito y luego se las apagaba y así hasta ahora ya no duermen con luz (entrevistado 1, abril 2016).

El entrevistado lo ve como un proceso en el que, como padre, siente la responsabilidad de apoyar a sus hijos, ayudarlos en sus etapas de miedo, pero además, manifiesta la importancia de darle un espacio o utilizar estrategias que le ayuden a que poco a poco estos se

desafien y se logre favorecer su independencia. Además, de estas respuestas en la que los padres demostraron la importancia de su presencia ante los procesos que los niños siguen

Platicando con él, aconsejándolo y platico con él sobre lo que le da miedo, por ejemplo a mi niño le da mucho miedo la oscuridad lo llevo a un cuarto y por ejemplo, le apago la luz pero le digo aquí voy a estar yo te lo voy a apagar y al rato me dice ya no tengo miedo pero pienso que porque estoy yo, una vez se lo hice solo y lloro y pues ya dije aun no está preparado pobrecito, cuando crezca más lo voy a hacer, pero así en si yo trato de estar con él (entrevistado 10, abril 2016).

Con las aportaciones sobre el apoyo que dan a sus hijos cuando ellos enfrentan sus miedos, lo ven como un proceso en el que deben dar sostén emocional. Según Armus, et. al (2012) es de gran importancia para el desarrollo en estos aspectos de los niños. Pues este se considera como la respuesta adecuada al desamparo que los niños sienten, “permite que se construya entre el bebé y las personas encargadas de su crianza un vínculo lo suficientemente fuerte como para que se den las condiciones propicias para la satisfacción de todas sus necesidades” (p. 11).

Al responder sobre las actitudes de independencia y madurez, aquí las respuestas fueron más variadas y distintas, pues el 65% hacen creer a sus padres que no son seguros, manifiestan timidez, temor a las relaciones sociales. Mientras que el 35% son más extrovertidos o seguros de las actividades que realizan, son autónomos e independientes. Los niños que muestran mayor inseguridad, son aquellos donde hay más convivencia con sus familias o que mamá o papá los guían y apoyan en las actividades que desean realizar, mostrando la necesidad de la guía o depender de sus padres, como lo mencionó el entrevistado 4:

Pues la grande sí, se desenvuelve tiene amistades se siente segura he visto con amigas y es muy desenvuelta. La niña pequeña es muy tímida es tímida, cuando recién llega como que le da pena, como que no quiere hablar y me dice dile tú, quiere que yo hable por ella pero ya después anda bien jugando con las niñas pero al principio cuando llega si es muy tímida (abril 2016).

Además, aunque algunos niños manifiestan madurez o independencia en ciertos aspectos

No es muy independiente le falta madurez ahí, requiere ayuda de mi esposa, casi no puede hacer nada solito siempre estamos su hermanito mayor y yo con el pendiente (Entrevistado 9, abril 2016).

Después de analizar estas respuestas se demuestra que los niños preescolares requieren experiencias afectivas con sus cuidadores desde los primeros años de vida ya que estas tendrán una gran influencia sobre el desarrollo cognitivo, social y emocional todo esto se logra cuando el sostén emocional ha sido creado, el cual debe estar en “el marco de un vínculo estable, un vínculo de apego, con los cuidadores primarios. Este vínculo se establece desde el momento del

nacimiento y permite construir un lazo emocional íntimo con ellos” (Armus, et. al, 2012, p. 11) el cual será útil para ellos al momento de regular sus emociones.

Debido la necesidad de conocer sobre el sostén emocional que tienen los niños y cómo este puede ser funcional o no en el momento de regular sus emociones, se indagó sobre las demostraciones de afecto que se dan dentro del grupo estudiado y con los códigos de respuestas se encontró que el 70% de las familias se demuestran amor con abrazos, palabras, cariños y gestos, pero uno de ellos lo ve también como un proceso que debe ser continuo

Pues con besos, con abrazos, seguido, todos los días, son como una florecita que se debe regar todos los días (entrevistado 2, abril 2016).

En el cuestionamiento que hacía referencia a las acciones ante la molestia de los niños, se buscaba conocer cómo actuaban los menores en esos momentos y qué actitud o acciones tomaban los adultos para favorecer la regulación de esta emoción. En el actuar del adulto se encontró que el 100% de los participantes optan por dar tiempo fuera al pequeño cuando está demostrando molestia y una vez que esta pase se comienza el diálogo para encontrar causas y dar solución a su conflicto. Sin embargo, hay entrevistados que mencionaron que además de darle su espacio, en un caso extremo pasan al castigo con el cinto, una nalgada o a quitar juguetes y cosas que al pequeño le agradan y que le duele perder por unos momentos.

También los padres mencionaron que así como utilizan el castigo físico, buscan que antes de que este se dé, se realice un diálogo entre padre e hijo; sin embargo, estas acciones por parte de los niños, llevan a sus progenitores a dejarlos tiempo fuera o al castigo físico como nivel extremo:

Pues primero trato de hablar con ella, pero si no hace caso la castigo porque sí batallo mucho con ella con eso de que es muy berrinchuda todo quiere, si su hermana está viendo la televisión ella quiere quitarle lo que está viendo todo quiere que se le consienta y para todo hace berrinches (entrevistado 13, abril 2016).

Solter (2013) menciona que este tipo de estrategia aparentemente es menos “perjudicial que pegar, dar una paliza, o gritar, porque no involucra abuso físico o verbal [...] sin embargo, el Tiempo Fuera no es tan inocente como parece y es, además, una manera de disciplinar a los niños emocionalmente perjudicial” (párr.3) Esta enseñanza para los menores está considerada como un enfoque de crianza autoritario el cual para implica controlar el comportamiento y las actitudes de los hijos con reglas inquebrantables a través de un estándar de conducta, por lo que dar tiempo fuera a los pequeños solamente serviría en los que estén “entrenados para cumplir con el poder y la autoridad de los adultos” (Solter, 2013, párr.4).

Las respuestas de los padres ante las acciones de la molestia del niño, llevaron a cuestionar sobre los cambios emocionales que han visto en ellos y aunque la mayoría se inclinó a hablar sobre la molestia de los niños o los momentos de enojo, hubo respuestas variadas, por lo que

esta categoría se codificó de la siguiente manera: platicar, interacción, coraje, ansiedad y son cuestiones que se ven plasmadas en las respuestas del entrevistado 4:

Pues si, si los he observado todos, de repente está muy bien y luego no obtiene lo que quiere y se pone a llorar, por ejemplo si su primita le agarró un juguete ya comienza a llorar, andan jugando muy bien y de repente una gritona (abril, 2016).

Según las respuestas, se comprueba la teoría de las emociones, las cuales según Díaz (2010) tienen lugar cuando la persona “interpreta sus respuestas fisiológicas o sensaciones físicas a los estímulos que provocan la emoción, tales como el aumento de nuestro ritmo cardíaco y los espasmos musculares. Esto conlleva que cada emoción diferente debe tener su propio patrón fisiológico” (pp.4-5) y esto se debe a la “evaluación cognitiva del acontecimiento y a la de la respuesta corporal. La persona nota los cambios fisiológicos, advierte lo que ocurre a su alrededor y denomina sus emociones de acuerdo a ambos tipos de observaciones” (Díaz, 2010, p.5), y según los autores de estas teorías, al momento de reconocer los cambios fisiológicos y asociarlos con la emoción que se vive permite saber cómo y porque se reacciona de determinada manera, por lo que será más fácil para los seres humanos desarrollar estrategias que le permitan regularse en esas circunstancias.

Una vez analizadas todas las categorías encontradas con la entrevista realizada a los padres de familia de niños con dificultades para regular sus emociones o con actitudes de seguridad e independencia, se considera que se puede dar respuesta a la pregunta de investigación planteada, los autores manejan la importancia de esta, el sostén emocional y las estrategias a utilizar cuando los niños entran en un lapso de alteración, en el que según las respuestas ante el instrumento utilizado, se considera que la relación y comunicación entre padres e hijos tiene gran relevancia en los logros al regular sus emociones.

Conclusiones

Una vez analizadas todas las categorías encontradas con la entrevista realizada a los padres de familia de niños con dificultades para regular sus emociones o con actitudes de seguridad e independencia, se considera que se puede dar respuesta a la pregunta de investigación planteada, los autores manejan la importancia de esta, el sostén emocional y las estrategias a utilizar cuando los niños entran en un lapso de alteración, en el que según las respuestas ante el instrumento utilizado, se considera que la relación y comunicación entre padres e hijos tiene gran relevancia en los logros al regular sus emociones.

Dar a conocer a las familias de este contexto la importancia de apoyar desde casa a los niños en estos procesos de desarrollo emocional, permite que se formen lazos entre escuela y comunidad escolar que favorezcan estos aspectos; con esto se logra que los maestros que trabajan diariamente puedan aportar desde distintos enfoques a desarrollar esta regulación, una vez que el padre conoce cómo puede y de qué sirve apoyar a su hijo a través de la interacción, es más fácil obtener su apoyo, él reconsidera la importancia de su papel como guía para la base emocional que les sirva en la

regulación de estas. Las familias requieren de espacios de interacción para favorecer los diálogos entre los miembros y así se refuercen los lazos y vínculos emocionales que los niños requieren. La motivación es un elemento de suma importancia para los padres en los procesos de enseñanza y aprendizaje con sus hijos.

Se considera que la presente investigación es relevante para la población estudiada, pero también permite reflexionar acerca de la relevancia que tiene buscar estrategias adecuadas para lograr la participación de las familias, así como el asesorar a las mismas en el acompañamiento e interacción con sus hijos, promoviendo con esto que se sientan motivados y seguros.

Referencias

- Armus, M., Duhalde, C., Oliver, M., & Woscoboinik, N. (2012). Desarrollo emocional. Clave para la primera infancia 0 a 3 [versión PDF]. Recuperado de http://www.unicef.org/ecuador/Desarrollo_emocional_0a3_simple.pdf
- Bejarano, F. (2009, julio). Características generales del niño y la niña de 0 a 6 años. Revista académica, 1(5). Recuperado de <http://www.eumed.net/rev/ced/05/fbg2.htm>
- Bisquerra, R. (2016). Regulación emocional. Recuperado de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/regulacion-emocional.html>
- Blázquez, A. (2008). La emoción [versión PDF]. Recuperado de <https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4298/26/TEMA%208.La%20emoci%C3%B3n.pdf>
- Bruce, P. (2012). Normas de guía del aprendizaje infantil en Illinois, la auto-regulación. Fundamento del desarrollo [versión PDF]. Recuperado de <http://illinoisearlylearning.org/guidelines/sections/selfreg/emotional-sp.htm>
- Cruz, M. (2009). Importancia en desarrollar la inteligencia emocional en niños preescolares y ventajas recomendadas. (Tesis Maestría, Universidad Metropolitana de Puerto Rico). Recuperado de http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/UMTESIS/Tesis_Educacion/Curriculo_Ense/BCruzMolina.062309.pdf
- Díaz, A. (2010, abril). Teorías de las emociones. Revista digital, innovación y experiencias educativas, 29, pp. 1-9. Recuperado de http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_29/ALVARO_DIAZ_1.pdf
- Garrido, I. (2000). Metodología cognitiva y social. Madrid: Pirámide.



- Henao, L., & García, V. (2009, julio). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista latinoamericana de ciencias sociales*, 7(2) pp. 785-802. Recuperado de <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20130711104715/ArtGloriaCeciliaHenaoLopez.pdf>
- Sánchez, R., & Pérez, N. (2009). Desarrollo emocional en el contexto familiar [versión PDF]. Recuperado de https://gropinformacio.files.wordpress.com/2014/07/2009-desarrollo_emocional_en_el_contexto_familiar.pdf
- Sanz, G. (2012). Las emociones en el aula: propuesta didáctica para educación infantil. (Tesis maestría, Universidad de Valladolid, Valladolid, España) Recuperado de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/1488/1/TFG-B.111.pdf>
- Secretaría de Educación Pública. (2011). Plan de estudios: 2011. México, D.F: Autor.
- Solter, A. (2013). Las desventajas del tiempo fuera. Recuperado de <http://www.awareparenting.com/tiempofuera.htm>
- Vergara, C. (2002). Creencias relacionadas con las prácticas de crianza de los hijos/as. (Tesis maestría, Universidad de Colima, Colima, México). Recuperada de http://digeset.ucol.mx/tesis_posgrado/Pdf/Claudia%20Berenice%20Vergara%20Hernandez.pdf