Educación y ciencia (2025), 14(64), 151-166
Artículo científico

Autoconocimiento como mediador entre prácticas de crianza y regulación emocional: aportes a la educación de adolescentes vulnerables

Self-awareness as a mediator between parenting practices and emotional regulation: contributions to the education of vulnerable adolescents

Juan Carlos Gutiérrez Cervantes[1], José Ángel Vera Noriega[2] y Alberto Leyva Castañeda[3]
[1]Universidad Vizcaya de las Américas Hermosillo, México, [2]Universidad de Sonora, México (avera.tecnoestata@gmail.com) [3]Instituto Tecnológico de Sonora, México

Cómo citar este artículo:
Guitérrez Cervantes, J. C., Vera Noriega, J. A., & Leyva Castañeda, A. (2025). Autoconocimiento como mediadio entre prácticas de crianza y regulación emocional: aportes a la educación de adolescentes vulnerables. *Educación y ciencia*, *14*(64), 151-166. https://doi.org/10.32776/EyC.v14i64.837

Recibido: 24 de marzo de 2025 | Aceptado: 25 de agosto de 2025 | Publicado: 29 de diciembre de 2025

Resumen
Las consecuencias producto de una nula regulación emocional en edad adolescente puede tener diversas implicaciones en el futuro de los jóvenes. La evidencia muestra que la relación entre padres e hijos es crucial en cómo el joven regula su estado de ánimo, sin embargo, el autoconocimiento como mediador es un aspecto poco estudiado en esta relación. El presente estudio tiene como objetivo, analizar la relación entre las prácticas de crianza y la regulación emocional de estudiantes adolescentes del Noroeste de México, contemplando el autoconocimiento como variable mediadora. Se llevó a cabo un estudio cuantitativo, con diseño no experimental, de tipo transversal, con alcance explicativo. La muestra fue de 1917 estudiantes de preparatorias en contextos de vulnerabilidad, 978 hombres (51%) y 939 mujeres (49%), con rango de edades entre 14 y 19 años (16.42; DE = 1.04). Con los análisis de mediación y los índices de bondad de ajuste, se comprueba la relación entre las prácticas de crianza y la regulación emocional, asimismo, esta relación aumentó cuando el autoconocimiento fungió como mediador. Se recomienda indagar en otras variables contextuales que pueden incidir en la regulación emocional e incentivar a la comunidad a promover el desarrollo de habilidades de regulación emocional para proteger la salud mental y la toma de decisiones de los adolescentes mexicanos en ambientes vulnerables y de riesgo.

Palabras clave: relación padres-hijos; desarrollo afectivo; psicología del adolescente; psicología educativa; grupo vulnerable

Abstract
The consequences of a lack of emotional regulation in adolescence can have various implications for the future of young people. Evidence shows that the relationship between parents and children is crucial in how young people regulate their mood; however, self-knowledge as a mediator is an aspect that has not been studied much in this relationship. The present study aims to analyze the explanatory level of parenting practices in the emotional regulation of adolescents in the Northwest of Mexico, considering self-knowledge as a mediating variable. A quantitative study was carried out, with a non-experimental, cross-sectional design, with an explanatory scope. The sample consisted of 1917 high school students in vulnerable contexts, 978 men (51%) and 939 women (49%), with an age range between 14 and 19 years (16.42; DE = 1.04). With the mediation analyses and the goodness-of-fit indices, the relationship between parenting practices and emotional regulation is verified; likewise, this relationship increased when self-knowledge acted as a mediator. It is recommended to investigate other contextual variables that may affect

emotional regulation and encourage the community to promote the development of emotional regulation skills to protect the mental health and decision-making of Mexican adolescents in vulnerable and risky environments.
Key words: parent-child relationship; affective development; adolescent psychology; educational psychology; vulnerable group

Introducción

Las problemáticas que enfrentan los adolescentes mexicanos son diversas y se reflejan en aristas contextuales y psicoemocionales. Tal como lo señalan los datos, de acuerdo con datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2020), el 25.7% de los adolescentes de entre 12 y 17 años reportaron haber sido víctimas de algún tipo de violencia en el ámbito escolar, ya sea física, emocional o cibernética y 15.4% entre 12 y 19 años padecen algún trastorno mental, destacando la depresión y la ansiedad como los más comunes. Por otro lado, 16.5% de los estudiantes de preparatoria abandonaron la escuela antes de terminar sus estudios (INEE, 2017).

Holzer et al. (2025) señala la importancia de algunos factores ambientales (educación y ocupación de los padres, ingreso) en el desarrollo de habilidades académicas, cognitivas y afectivas, principalmente la influencia del estatus socioeconómico. La capacidad del joven estudiante para regular sus pensamientos, conductas, emociones y realizar acciones para alcanzar metas se ve impactada y diferenciada por la capacidad socioeconómica de la familia del adolescente. A su vez, estas dificultades materiales causan un bajo desempeño académico, ya que, generalmente, las dificultades económicas se asocian con un contexto estresante, demandante, una paternidad poco habilidosa para brindar un ambiente de apoyo y crecimiento. Por su parte, un bajo estatus socioeconómico se relaciona con un pobre autoconcepto, específicamente en la autopercepción académica (esquemas cognitivos respecto a las habilidades de uno mismo en situaciones académicas).

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), afirma que las dinámicas familiares disfuncionales, como el maltrato, la negligencia o la falta de apoyo emocional, generan estrés crónico y vulnerabilidad psicológica, así como la ausencia de habilidades socioemocionales, como el autoconocimiento y la regulación emocional, aspectos que dificultan que los adolescentes enfrenten adecuadamente el estrés, aumentando el riesgo de ansiedad, depresión y otros problemas contextuales. Estas problemáticas se ven intensificadas en contextos rurales de México, ya que las condiciones son más adversas en términos sociales y económicos (Gutiérrez y Vera, 2022). El desarrollo de habilidades en el manejo de las emociones permite mayor estabilidad emocional, lo que se refleja en el rendimiento académico de los estudiantes de preparatoria (Feraco et al., 2025)

Holzer et al. (2025) señala la existencias de grupo “resilientes” (aquellos con un ingreso económico menor en una desviación estándar) y aun así ser capaces de lograr un rendimiento académico satisfactorio, demostrando que estos alumnos mostraban características de regulación emocional tales como perseverancia, optimismo y felicidad. Aun así, el grupo con el menor bienestar material mostro un alto porcentaje de dificultades

académicas y altos niveles de ansiedad. De acuerdo con González-Yubero et al. (2025) la habilidad del estudiante para reconocer sus propias emociones y la de los demás, le permite influir en sus experiencias de aprendizaje, lograr mayor atención sostenida, mejorar su evaluación emocional y persistir ante eventos académicos adversos y frustrantes.

Con la intención de aportar a estas problemáticas desde un abordaje psico-socioemocional, una variable que ha sido estudiada en los procesos psicológicos de los adolescentes es el autoconocimiento, el cual es un concepto amplio que implica la habilidad de una persona de estar atento a sus propios estados internos, la capacidad de entender sus emociones, valores y objetivos personales (Nonweiler et al., 2024). Esto puede ser ventajoso para el individuo al reconocer y anticipar futuras conductas y tomar mejores decisiones, particularmente en el contexto socioemocional (Mertens et al., 2022).

Desde la teoría de las habilidades socioemocionales y la inteligencia emocional, el autoconocimiento se puede definir como la capacidad o habilidad para conocer las propias motivaciones, gustos, fortalezas y debilidades, así como saber nombrar y diferenciar sus estados de ánimo, y se divide en dos dimensiones: autoconcepto y reconocimiento de emociones (SEP, 2017, Gutiérrez, 2020, Goleman, 2002). El reconocimiento de emociones se conoce como la habilidad de reconocer, nombrar y diferenciar emociones tanto de forma inter e intrapersonal (Huang et al., 2024), mientras que el autoconcepto se refiere al conocimiento y claridad que tiene la persona sobre sus propios gustos, intereses y valores personales. Este constructo ha sido señalado en la adolescencia como un factor protector de la toma decisiones de riesgo y en la salud mental en general (Lobos-Coyopae et al., 2022).

Asimismo, otra habilidad socioemocional que funge como un factor protector para los adolescentes es la regulación emocional, constructo que cobra relevancia en esta etapa del ciclo vital y se conoce como la capacidad de regular las propias emociones y pensamientos, con el fin de producir conductas de bienestar que no pongan en riesgo a la persona de un malestar emocional más intenso o decisiones impulsivas que puedan ocasionar daño hacia sí mismos o su entorno (SEP, 2017; Bisquerra y Pérez 2007; Goleman, 2002). Estudios recientes mencionan que en la adolescencia la regulación emocional se ve estimulada por el aumento de la autoconciencia, el reconocimiento de las emociones y la autoaceptación, ya que facilitan el crecimiento en habilidades regulatorias específicas (Cummings et al., 2022; McRae y Gross, 2020).

Por otro lado, los individuos en esta etapa se caracterizan por presentar cambios emocionales persistentes y volátiles (Lee y Son, 2023), y al haber ausencia de regulación en la experiencia emocional negativa, aumenta la probabilidad del desarrollo de conductas de riesgo y disminuye la concentración del adolescente. En este sentido, uno de los pilares de la regulación emocional según diversos autores es la capacidad de la persona de reconocer su experiencia emocional (Cummings et al., 2022). Debido a esto, es necesario analizar el papel del reconocimiento de emociones y las estrategias conductuales de regulación emocional (Beyazit et al., 2024).

En un estudio reciente se puso en evidencia la relación entre la regulación emocional y el autoconocimiento. Los autores reportaron como una parte de sus resultados, índices de correlación significativos y positivos de .18 en atención emocional, .47 comprensión emocional y .32 regulación emocional, las tres variables en asociación con el autoconocimiento. Asimismo, concluyen que es importante desarrollar investigación que profundice en la temática para indagar qué posibles variables impactan en la regulación emocional de los adolescentes (Álamo y Llorent, 2024). Estos resultados concuerdan con investigaciones relacionadas (Antonio-Agirre et al., 2019; Guerrero-Barona et al., 2019).

Por otro lado, el ambiente familiar es uno de los factores que más influyen en el desarrollo cognitivo y emocional de las personas. La familia le enseña, en particular al adolescente, las normas que determinan la forma o manera de cómo y cuándo expresar las emociones (Islamiah et al., 2023). Considerando que la regulación emocional se ve fuertemente influida por el ambiente familiar (Kerr et al., 2021; Melim et al., 2019), es esencial conocer los efectos tanto positivos como negativos de las estrategias parentales, tales como la disponibilidad emocional (sensibilidad para crear ambiente positivos y genuinos, leer las pistas emocionales del niño durante la interacción), la estructura parental (capacidad de proveer una guía sobre las conductas adaptativas o desadaptativas), y una paternidad no intrusiva u hostil (no ser excesivamente sobreprotector o controlador, ser paciente, complaciente y cooperativo en el discurso o conducta hacia el niño) (Godleski et al., 2020; Özaydın y Soyyiğit, 2024). Kerr et al. (2021) señala que una sincronía en la comunicación positiva padre-hijo se relacionaba con estrategias adaptativas de regulación emocional.

Entre los factores de riesgo, se puede señalar la negligencia parental, que se entiende como el fracaso o cuidados parentales inadecuados a la hora de satisfacer las necesidades básicas del hijo, tales como la nutrición, seguridad, educación, hogar y salud (Beyazit et al., 2024). Los padres negligentes expresan menos sus emociones con sus hijos y tienen problemas en percibir e interpretar los mensajes emocionales dentro de la dinámica familiar. Este tipo de paternidad poco hábil emocionalmente se asocia con niveles menores de regulación emocional tanto en la infancia como en la adolescencia (Wang et al., 2021). El reconocer y aceptar las emociones tanto positivas como negativas, a través de la reflexión o el compartir dichas emociones de forma voluntaria, ayuda al individuo a entender la naturaleza de su situación y tomar decisiones respecto a las estrategias de afrontamiento o acciones (Roth et al., 2019).

La forma más eficiente para evaluar estas características en la interacción de padres e hijos es mediante las prácticas de crianza que miden aspectos de comunicación parental y apoyo emocional que los papás les brindan a sus hijos. Las prácticas de crianza se definen como la calidad percibida por los jóvenes de la comunicación y el apoyo que reciben con su familia, específicamente con sus padres o tutores. Asimismo, se sustenta en el cuidado del adolescente desde una perspectiva conductual y práctica, lo que hace su operacionalización más eficiente y precisa (Rodríguez et al. 2011; Villarreal y Paz, 2017).

Diversos estudios señalan la importancia de emociones positivas y de regulación emocional para el aprendizaje académico del estudiante (Zhao y Ma, 2025), ya que repercuten en el compromiso académico, motivación y logro. Por lo tanto, resulta relevante comprender que factores ambientales (padres de familia, pares escolares, maestros) e intrínsecos (autoconocimiento, reconocimiento de emociones) influyen en la experiencia afectiva. El presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre las prácticas de crianza y la regulación emocional de adolescentes del Noroeste de México inscritos a preparatorias en contextos de vulnerabilidad, contemplando el autoconocimiento como variable mediadora.

Metodología

Se llevó a cabo un estudio con enfoque cuantitativo, no experimental y transversal con alcance explicativo. Este tipo de diseño busca analizar la relación entre y la recolección de datos se llevó a cabo en un solo momento. Por su parte, el alcance explicativo permite examinar relaciones causales entre variables (Hernández-Sampieri et al., 2014). Se busca probar la hipótesis que las prácticas de crianza se correlacionan de manera positiva y significativa con la regulación emocional, y esta correlación aumenta cuando el autoconocimiento media dicha relación.

Participantes

El estudio se llevó a cabo con una muestra de 1917 estudiantes adolescentes de 7 preparatorias ubicadas en contextos vulnerables del Noroeste de México, compuesta por 978 hombres (51%) y 939 mujeres (49%), con edades entre 14 y 19 años (M = 16.42; DE = 1.04). La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no aleatorio intencional, dado que se eligieron estudiantes de preparatorias en situaciones de vulnerabilidad. Se evaluaron los estudiantes de diferentes grados de las preparatorias seleccionadas (primer año N = 699; segundo año = 537; tercer año; 681). La distribución de la muestra por preparatoria puede visualizarse en la tabla 1.

Tabla 1

Cantidad muestral por preparatoria

Preparatoria	N
Cbta Basconcobe	270
Cbta de Ures	343
Cecytes San Pedro	355
Cecytes Bacobampo	259
Cecytes Buaysiacobe	144
Cetmar Palmar del Sol	299
Cetmar Bugambilias	247
Total	1917

Nota. Elaboración propia.

Los estudiantes provienen de contextos vulnerables, ya que residen en comunidades con ingresos familiares inferiores a cinco salarios mínimos y pertenecen a los subsistemas educativos más desfavorecidos de la Educación Media Superior en México. Cinco de las preparatorias evaluadas se encuentran en zonas rurales del Noroeste de México que tienen una población menor a 5000 habitantes y presentan altos niveles de

marginación. En estas comunidades, casi la mitad de la población es indígena (48.5%), el índice de analfabetismo (2.6%) es superior al promedio estatal (1.9%), las unidades de salud disponibles no superan las 150 y solo el 68.1% de la población entre 3 y 24 años asiste a la escuela (Secretaría de Economía, 2023). Asimismo, las preparatorias analizadas presentan los mayores índices de abandono escolar y de bajo rendimiento académico en comparación con otros subsistemas (INEE, 2017).

Instrumentos

Para cumplir con el objetivo de estudio, se emplearon instrumentos con validez y confiabilidad reportadas en población mexicana adolescente. Se seleccionaron tres escalas que evalúan los constructos implicados en el estudio —prácticas parentales, autorregulación emocional y autoconocimiento—, siguiendo un enfoque acorde con las competencias socioemocionales establecidas por la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2017). Estas herramientas han mostrado adecuados indicadores psicométricos en análisis factoriales exploratorios, confirmatorios y politómicos, garantizando la fiabilidad y validez de las mediciones en el contexto educativo mexicano.

Escala de Autorregulación forma parte del Cuestionario de Competencias Emocionales Mexicano (CCE-M; Gutiérrez, 2020). Se conforma de 12 ítems que evalúan dos dimensiones: desregulación y regulación emocional. Cuenta con validez de constructo mediante Análisis Factorial Exploratorio (AFE), análisis politómico Rasch y Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), lo que permite dar por válida y confiable la escala para medir este constructo (CMIN = 1.617; CFI = .94; RMSEA = .07). La escala toma como referencia las habilidades socioemocionales de la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2017). Mismo que se implementa en la educación mexicana para evaluar la regulación emocional de los estudiantes de preparatoria, desde un área cognitiva, emocional y conductual.

Escala de Autoconocimiento pertenece al CCE-M (Gutiérrez, 2020), y se divide en dos dimensiones en 7 ítems (reconocimiento de emociones y autoconcepto). La escala tiene validez y confiabilidad desde AFE, análisis Rasch y AFC. la cual cuenta con validación mediante AFE, AFC y análisis politómico Rasch en población adolescente del Noroeste de México, en estudiantes de preparatoria (CMIN = 1.308; CFI = .99; RMSEA = .03). Las dimensiones se basan en el modelo de la SEP (2017).

Escala de Memorias de Crianza (Rodríguez et al., 2011) originalmente se conforma de 32 ítems distribuidos en tres dimensiones: conocimiento del interés por las actividades de los hijos, apoyo emocional hacia los hijos e hijas, y orientación hacia los hijos. Fregoso et al. (2021) llevaron a cabo una validación utilizando el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) con máxima verosimilitud y oblicuo, análisis Rasch y Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), en una muestra de 1,536 estudiantes de secundaria del Noroeste de México de ambos sexos, con edades entre los 12 y 15 años. Como resultado, la escala quedó conformada por 32 ítems distribuidos en dos dimensiones: apoyo emocional y comunicación parental. Las propiedades psicométricas obtenidas fueron:

cargas factoriales de 0.52 a 0.80, alfas de Cronbach de 0.79 a 0.94, CFI de 0.92 a 0.95, RMSEA de 0.04 a 0.06 y SRMR de 0.02 a 0.05. Estos índices de confiabilidad y ajuste fueron reportados en la validación realizada por los autores mencionados.

Procedimiento

En primer lugar, se firmó un acuerdo con la dirección de las escuelas para brindar apoyo en la investigación, en el que se establecieron las condiciones para la recolección de datos y la entrega de los resultados. Luego, se procedió a realizar la aplicación formal en las siete escuelas seleccionadas, donde cada salón de clases contó con dos evaluadores y el profesor correspondiente. La aplicación tuvo una duración promedio de 60 minutos por grupo, y las respuestas fueron registradas en hojas electrónicas, cuyos datos fueron procesados mediante un lector óptico. Tras la obtención de los datos, se realizaron análisis estadísticos descriptivos, correlacionales, y los análisis de mediación que permiten cumplir con los objetivos del estudio y comprobar las hipótesis.

En cuanto a la protección de los datos y la confidencialidad, el trabajo de campo se llevó a cabo de acuerdo con los artículos 118 y 122 del Código Ético del Psicólogo de la Sociedad Mexicana de Psicología (2007), que se refieren al consentimiento informado de los estudiantes participantes. Además, la investigación cumplió con el artículo 136 de dicho código ético, el cual aborda la confidencialidad de la información recabada en estudios, informando tanto a los directivos como a los docentes.

Análisis de datos

Los datos fueron procesados utilizando el software estadístico SPSS versión 24.0, en el cual se emplearon análisis estadísticos descriptivos para visualizar los niveles de las variables estudiadas en los adolescentes. También se analizaron las diferencias por sexo mediante la prueba t de student. Posteriormente, se emplearon análisis de correlación *r* Pearson para observar los niveles de asociación. Finalmente, se utilizó el programa JASP versión 0.18.3.0, el cual es una herramienta moderna que combina diversas funciones estadísticas y permite realizar análisis de mediación y ecuaciones estructurales en general. En este programa se evaluó el modelo de mediación atendiendo la hipótesis principal de estudio. Dicho método se llevó a cabo utilizando Máxima Verosimilitud. Además, se calcularon los efectos totales dentro del modelo de mediación.

Resultados

Análisis descriptivos

Se observaron puntajes aceptables dentro de la evaluación que corresponde a los niveles de las prácticas de crianza, autoconocimiento y regulación emocional. Los puntajes más altos se observaron en autoconcepto, mientras que los más bajos se ubicaron en desregulación emocional, que al ser una variable que contiene reactivos en sentido negativo, se esperaban esos puntajes (ver tabla 2). Al analizar las diferencias por sexo mediante la prueba *t* de student, las diferencias que resultaron ser significativas fueron en autoconcepto y desregulación emocional. En este sentido, las mujeres mostraron niveles más altos que los hombres en desregulación emocional (t = -5.036; p = .000). Mientras que los hombres puntuaron más alto en autoconcepto (t = 2.52; p = .012).

Tabla 2

Análisis descriptivos de las variables estudiadas y sus dimensiones

		(Min 1; Máx 5)			95% C.I. (M Total)	
Variables	**M total**	**DE**	**Hombres**	**Mujeres**	**Inferior**	**Superior**
Prácticas de crianza general	3.67	.890	3.64	3.69	3.63	3.71
Comunicación parental	3.58	.969	3.56	3.59	3.53	3.62
Apoyo emocional	3.76	.893	3.72	3.80	3.72	3.80
Autoconocimiento general	3.87	.802	3.89	3.94	3.83	3.90
Reconocimiento de emociones	3.58	.900	3.58	3.59	3.54	3.62
Autoconcepto	4.08	.908	4.13	4.02	4.04	4.12
Autorregulación	2.96	.664	2.90	3.02	2.93	2.99
Desregulación emocional	2.52	1.03	2.40	2.64	2.47	2.57
Regulación emocional	3.40	.919	3.40	3.39	3.35	3.44

Nota. Elaboración propia.

Análisis de correlación

Se observaron correlaciones bajas y moderadas en la mayoría de las variables (ver tabla 3), resultando todas significativas. Se observa que las prácticas de crianza de forma general se relacionan positiva y significativamente con el autoconocimiento general (r = .370**) y con sus respectivas dimensiones, asimismo, se observó una correlación más elevada con la regulación emocional (r = .420**). Por otro lado, la correlación más alta se observó entre el autoconocimiento general y la regulación emocional (r = .563**). Esto resultados ponen en evidencia la asociación entre las variables y probar el modelo de mediación que se propone.

Tabla 3

Análisis de correlación entre las variables estudiadas

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. AUTOC	1								
2. REC	.845**	1							
3. AUTOCONC	.918**	.563**	1						
4. AUTORR	.352**	.299**	.321**	1					
5. DES	-.049*	-.031	-.052*	.725**	1				
6. REG	.563**	.468**	.523**	.627**	-.083**	1			
7. PRAC	.370**	.310**	.341**	.261**	-.037	.420**	1		
8. COM	.337**	.291**	.305**	.246**	-.034	.394**	.960**	1	
9. AE	.371**	.303**	.349**	.254**	-.037	.409**	.953**	.829**	1

Nota. Elaboración propia. AUTOC: Autoconocimiento General; REC: Reconocimiento De Emociones; AUTOCONC: Autoconcepto; AUTORR: Autorregulación general; DES: Desrregulación; REG: Regulación emocional; PRAC: Prácticas de Crianza general; COM: Comunicación parental; AE: Apoyo emocional: **La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

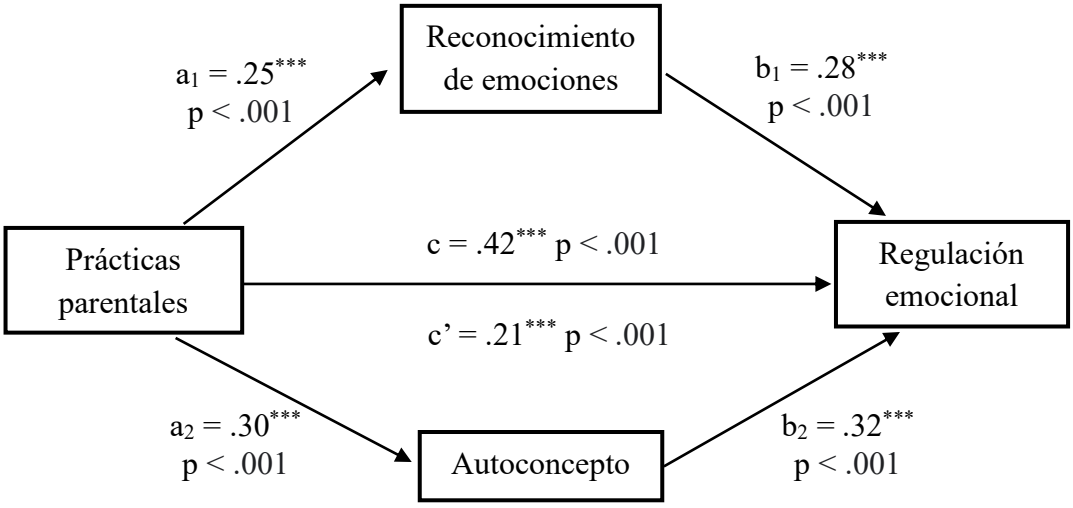
Análisis de mediación

Para comprobar las hipótesis del estudio, se llevó a cabo un análisis de mediación donde se tomó la percepción de las prácticas de crianza como variable independiente, el autoconocimiento como variable mediadora y la regulación emocional como dependiente. Los resultados arrojaron que las prácticas parentales de apoyo emocional y comunicación de calidad con sus hijos influyen en el reconocimiento de emociones ($\beta = .25$, $p < .001$) y el autoconcepto ($\beta = .30$, $p < .001$). A su vez, el reconocimiento de emociones ($\beta = .28$, $p < .001$), el autoconcepto ($\beta = .32$, $p < .001$) y las prácticas parentales ($\beta = .21$, $p < .001$) promueven la aparición de estrategias regulatorias para manejar las emociones de tal modo que permiten la funcionalidad y equilibrio del joven estudiante.

El siguiente modelo de mediación muestra el proceso de interacción antes descrito. El modelo comprueba la primera hipótesis planteada, pues, además de cumplir con los supuestos de mediación (Hayes, 2018), los valores son óptimos para apoyar tal planteamiento y las betas reportadas son las estandarizados, con una R2 = .32. El efecto total indirecto fue de ($\beta = .23$, $p < .001$) (Figura 1).

Figura 1

Modelo de mediación para las variables de prácticas parentales, autoconocimiento y regulación emocional



Nota. a = efecto de las prácticas parentales sobre las dimensiones de autoconocimiento; b = efecto de las dimensiones de autoconocimiento sobre la regulación emocional; c = efecto total del modelo; c' = efecto directo de las prácticas parentales sobre la regulación emocional.

Discusión y conclusiones

Los resultados obtenidos en el presente estudio confirman el papel significativo que desempeñan las prácticas de crianza en la regulación emocional de adolescentes, así como la importancia del autoconocimiento como variable mediadora en esta relación. En primer lugar, las correlaciones significativas entre las prácticas parentales y la regulación emocional ($r = .420$, $p < .01$) evidencian que las estrategias de apoyo emocional y comunicación parental favorecen el desarrollo de habilidades regulatorias en los adolescentes. Específicamente, la comunicación parental fomenta el reconocimiento de emociones en situaciones cotidianas, mientras que el apoyo emocional refuerza el uso de estrategias regulatorias adaptativas, como la reflexión y la revalorización cognitiva (Godleski et al., 2020; Mertens et al., 2022). Este hallazgo se alinea con investigaciones previas que destacan cómo un entorno familiar positivo puede estimular conductas adaptativas y promover el bienestar emocional (Kerr et al., 2021; Roth et al., 2019).

Los padres juegan un rol crucial en las emociones positivas durante el aprendizaje del estudiante, facilitando un sentido de satisfacción y logro en valores, metas y motivación académica (Qian, 2025), lo que fortalece la resiliencia ante adversidades académicas. Por ejemplo, los padres pueden reducir el estrés y ansiedad generada por la carga académica, y mejorar el desempeño académico de sus hijos por medio de la escucha, comprensión y palabras de ánimo (Li et al., 2025).

Por otro lado, los análisis de mediación muestran que el autoconocimiento tiene un efecto mediador significativo en la relación entre las prácticas de crianza y la regulación emocional, aumentando la explicación del modelo general (R2 = .32). Específicamente, las dimensiones de reconocimiento de emociones ($\beta = .28$, $p < .001$) y autoconcepto ($\beta = .32$, $p < .001$) contribuyen a mejorar las estrategias regulatorias. Este resultado destaca la importancia de fomentar procesos metacognitivos y de autocomprensión en los adolescentes como un mecanismo para fortalecer su capacidad de gestionar emociones. Desde una perspectiva práctica, estos resultados podrían traducirse en programas escolares y familiares que integren actividades de reflexión personal y monitoreo emocional. Por ejemplo, talleres para padres podrían enfocarse en la comunicación emocional positiva, mientras que las escuelas podrían implementar actividades grupales que promuevan el autoconocimiento mediante ejercicios guiados de introspección y retroalimentación interpersonal. Estudios como el de Álamo y Llorent (2024) también han señalado correlaciones positivas entre el autoconocimiento y la regulación emocional, lo que subraya la validez externa de estos hallazgos. La autoconciencia académica (la capacidad del estudiante de reconocer sus debilidades y fortalezas escolares) y el manejo de las emociones contribuyen al éxito académico (Carpendale et al., 2025), por ejemplo, en la capacidad lectora y las matemáticas. Diversos estudios señalan la relación entre el bienestar emocional con otras variables intrapersonales como la autoeficacia, el autoestima, el locus de control y la motivación académica, los cuales brindan herramientas para afrontar el estrés y la ansiedad (Quílez-Robles et al., 2023).

Asimismo, las diferencias significativas por sexo observadas en los niveles de desregulación emocional ($t = -5.036$, $p < .001$) y autoconcepto ($t = 2.52$, $p = .012$) sugieren que los adolescentes hombres tienden a presentar mayores niveles de autoconcepto, mientras que las adolescentes mujeres reportan una mayor desregulación emocional. Estos resultados son consistentes con investigaciones que identifican diferencias de género en la socialización emocional y el uso de estrategias regulatorias (Lee y Son, 2023).

La correlación significativa entre el autoconocimiento general y la regulación emocional ($r = .563$, $p < .01$) es explicada porque cada individuo debe conocer sus propias necesidades afectivas para así poder satisfacerlas. Diversos programas educativos han encontrado que el balance emocional es una capacidad que puede aprenderse y mejorarse al fortalecer aspectos emocionales del estudiante, permitiéndoles ubicar sus propios recursos auttoregulatorios y mejorar su aprendizaje (Ubago-Jimenez et al., 2024). Esto destaca la necesidad de promover intervenciones educativas y familiares, las intervenciones deben centrarse en fortalecer el reconocimiento emocional y el autoconcepto como medios para mejorar la regulación emocional, especialmente en contextos escolares donde los adolescentes enfrentan retos críticos para su desarrollo socioemocional (Nonweiler et al., 2024). Por ejemplo, se podrían implementar talleres escolares que combinen actividades de reflexión emocional guiada y ejercicios de reconocimiento de emociones mediante dramatizaciones y debates. Además, incluir

programas de mentoría entre pares permitiría a los estudiantes practicar estas habilidades en situaciones reales, facilitando así la internalización de estrategias regulatorias.

A partir de los resultados obtenidos se concluye: a) Las prácticas de crianza, particularmente aquellas basadas en el apoyo emocional y la comunicación de calidad tienen un impacto positivo y significativo en la regulación emocional de los adolescentes. En el contexto de Sonora, estas prácticas pueden fomentarse a través de programas comunitarios que capaciten a los padres en técnicas de comunicación efectiva y sensibilidad emocional, como talleres de habilidades parentales. Además, involucrar a las escuelas en el diseño de actividades conjuntas entre padres y estudiantes podría fortalecer los lazos emocionales y promover un entorno regulador positivo. b) El autoconocimiento actúa como una variable mediadora clave que potencia la relación entre las prácticas de crianza y la regulación emocional, subrayando la relevancia de estrategias metacognitivas en el desarrollo socioemocional y c) Las diferencias de género observadas en la desregulación emocional y el autoconcepto resaltan la importancia de diseñar programas de intervención diferenciados que consideren las necesidades específicas de hombres y mujeres. Por ejemplo, para las adolescentes que reportan mayores niveles de desregulación emocional, podrían implementarse talleres enfocados en estrategias de afrontamiento emocional y construcción de redes de apoyo. Para los adolescentes varones, con niveles más altos de autoconcepto, se podría fomentar el uso de estas fortalezas en contextos de liderazgo y actividades colaborativas que refuercen la regulación emocional a través de la autoeficacia y la reflexión guiada.

Algunas limitaciones del estudio son las siguientes : a) Aunque el modelo propuesto explica una parte significativa de la variabilidad en la regulación emocional, no incluye otras variables contextuales, como el entorno escolar o los pares, que también podrían influir en este proceso; b) El uso de un diseño transversal limita la capacidad de establecer relaciones causales entre las variables estudiadas ; c) Aunque los instrumentos utilizados mostraron adecuados índices de validez y confiabilidad, se recomienda replicar el estudio con herramientas complementarias, como entrevistas cualitativas, para enriquecer los resultados; d) los análisis estadísticos se llevaron a cabo mezclando estudiantes de primer y tercer año de preparatoria, para próximos estudios se recomienda hacer una comparación por grado.

A futuro se pude explorar el impacto de variables contextuales adicionales, como el clima escolar y las interacciones con pares, en la regulación emocional y el autoconocimiento. Además, diseñar estudios longitudinales que permitan evaluar cómo evolucionan estas relaciones a lo largo del tiempo. Se recomienda investigar como ciertas prácticas parentales de calidez y de apoyo a la autonomía disminuyen o protegen al adolescente de la ansiedad académica, y como esta relación puede ser mediada por el autoconcepto o las habilidades de afrontamiento, es necesario profundizar las variables actuales de estudio en variables académicas, como creencias de autoeficacia académica, motivación u orientación al logro.

Adicional al contexto familiar, las instituciones educativas son un ambiente idóneo para desarrollar y evaluar intervenciones específicas que integren la promoción del autoconocimiento y las prácticas de crianza positivas para mejorar el bienestar emocional de los adolescentes en contextos diversos. Este estudio sienta las bases para futuras investigaciones y programas de intervención que busquen mejorar las habilidades regulatorias y socioemocionales de los adolescentes en el estado de Sonora, así como en otros contextos similares.

Referencias

Álamo, M., & Llorent, V. J. (2024). Bullying, cyberbullying, inteligencia emocional y competencias socioemocionales y su relación con el autoconcepto social en adolescentes. *Revista Complutense de Educación, 35*(4), 887-897. https://doi.org/10.5209/rced.90342

Antonio-Agirre, I., Axpe Sáez, I., & Septien Santos, A. (2019). La influencia del estatus socioeconómico y cultural en la relación entre el autoconcepto y la inteligencia emocional percibida en la adolescencia. *European Journal of Education and Psychology, 13*(1), 33-48. https://doi.org/10.30552/ejep.v13i1.291

Bar-On, R (2006). The Bar-On model of emotional social intelligence. *Psicothema*, 18, 13-25. https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf

Beyazit, U., Yurdakul, Y., & Ayhan, A. B. (2024). The mediating role of trait emotional intelligence in the relationship between parental neglect and cognitive emotion regulation strategies. *BMC psychology*, *12*(1), 1-11. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01817-3

Bisquerra, R., & Pérez, N. (2007). Las competencias emocionales. *Educación XXI, 10,* 61-82.

Carpendale, E. J., Green, M. J., White, S. L., Williams, K. E., Tzoumakis, S., Watkeys, O. J., Felicity, H., O' Hare, K. & Laurens, K. R. (2025). Middle childhood social-emotional competencies mediate the effects of school-entry literacy and numeracy skills on secondary school reading and numeracy attainment. *Learning and Individual Differences*, *124*, 1-9. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2025.102778

Cummings, C., Lansing, A. H., & Houck, C. D. (2022). Perceived Strengths and Difficulties in Emotional Awareness and Accessing Emotion Regulation Strategies in Early Adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, 3*1*(9), 2631-2643. https://doi.org/10.1007/s10826-022-02352-8

Feraco, T., Pellegrino, G., Casali, N., Carretti, B., & Meneghetti, C. (2025). Social, emotional, and behavioral skills in students with or without specific learning disabilities. *Learning and Individual Differences*, *117*, 1-12. https://doi.org/10.1016/j.lindif.2024.102581

Fregoso, D., Vera, J., Duarte, K., & Peña-Ramos, M. (2021). Propiedades psicométricas para las escalas memorias de crianza, prácticas parentales prosociales y FACES III. *PSICUMEX. 11*, 1-31. https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.413

Godleski, S., Eiden, R., Shisler, S., & Livingston, J. (2020). Parent socialization of emotion in a high-risk sample. *Developmental Psychology*, *56*(3), 489–502. https://doi.org/10.1037/dev0000793

Goleman, D. (2002). *La inteligencia emocional*, México, Vergara.

González-Yubero, S., Palomera, R., Mauri, M., & Falcón, C. (2025). The role of resilient coping as a mediator between trait emotional intelligence and academic motivation in university students. *Trends in Neuroscience and Education*, *41,* 1-9. https://doi.org/10.1016/j.tine.2025.100272

Guerrero-Barona, E., Sanchez-Herrera, S., Manuel Moreno-Manso, J., Sosa-Baltasar, D., & Angel DuranVinagre, M. (2019). El autoconcepto y su relación con la inteligencia emocional y la ansiedad. *Psicología conductual, 27*(3), 455-476. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/12/06.Guerrero-Barona-27-3-2.pdf

Gutiérrez-Cervantes, J. C., & Vera-Noriega, J.A. (2023). Resiliencia académica de adolescentes, factores asociados y metodología empleada: una revisión sistemática. *Rastros Rostros, 25*(1), 1-29. https://doi.org/10.16925/2382-4921.2023.01.04

Gutiérrez, J. C. (2020). *Competencias emocionales y resiliencia académica en estudiantes de preparatoria del Estado de Sonora*. Tesis de Maestría, Instituto Tecnológico de Sonora. Biblioteca Institutional ITSON.

Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, M. del P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.

Holzer, J., Maximino-Pinheiro, M., & Borst, G. (2025). SES and academic achievement are (not always) related: Profiles of student SES, academic achievement and their links to socio-emotional, cognitive, and metacognitive characteristics. *Learning and Instruction*, *95*, 1-12. https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2024.102055

INEE. (2017). *Panorama Educativo de México 2015. Indicadores del Sistema Educativo Nacional. Educación básica y media superior*. México: INEE. https://publicaciones.inee.edu.mx/buscadorPub/P1/B/116/P1B116.pdf

INEGI. (2020). Censo de Población y Vivienda 2020. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. https://www.inegi.org.mx/programas/ccpv/2020/

Islamiah, N., Breinholst, S., Walczak, M., y Esbjørn, B. (2023). The role of fathers in children's emotion regulation development: A systematic review. *Infant and Child Development*, e2397. https://doi.org/10.1002/icd.2397

Kerr, M., Rasmussen, H., Smiley, P., Buttitta, K., y Borelli, J. (2021). The development of toddlers' emotion regulation within the family system: Associations with observed parent-child synchrony and interparental relationship satisfaction. *Early Childhood Research Quarterly*, 57, 215–227. https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2021.06.004

Lee, J. H., & Son, C. (2023). The Effect of negative emotion on concentration through emotional regulation: mediated moderation of Metacognitive Awareness. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *41*(3), 663-675. https://doi.org/10.1007/s10942-022-00473-z

Li, W., Li, D., & Zhu, X. (2025). Associations between emotional warmth parenting style and academic anxiety among Chinese high school students. *International Journal of Educational Research*, *131*, 102608. https://doi.org/10.1016/j.ijer.2025.102608

Lobos-Coyopae, P, Aravena-Garrido, R, Finlez-Herrera, C, Fonseca-Ulloa, M, Vega-Baeza, M, Garrido-Gutiérrez, Y, & Aguayo-Verdugo, N. (2022). Malnutrición por exceso, alteraciones de salud mental y autoconcepto en población infanto-juvenil: revisión integrativa. *Revista Uruguaya de Enfermería, 17*(2), e503. https://doi.org/10.33517/rue2022v17n2a11

McRae, K. y Gross, J. (2020). Emotion regulation. *Emotion*, *20*(1), 1-9. https://doi.org/10.1037/emo0000703

Melim, B., Matias, M., Ferreira, T., & Matos, P. M. (2019). Parent's and children's emotion regulation and the work-family interface. *Journal of Marriage and Family*, *81*(5), 1110–1125. https://doi.org/10.1111/jomf.12597

Mertens, E. C., Deković, M., Van Londen, M., & Reitz, E. (2022). Parallel changes in positive youth development and self-awareness: The role of emotional self-regulation, self-esteem, and self-reflection. *Prevention Science*, *23*(4), 502-512. https://doi.org/10.1007/s11121-022-01345-9

Nonweiler, J., Vives, J., Barrantes-Vidal, N., & Ballespí, S. (2024). Emotional self-knowledge profiles and relationships with mental health indicators support value in 'knowing thyself'. *Scientific reports*, *14*(1), 1-12. https://doi.org/10.1038/s41598-024-57282-w

OECD (2017). *Panorama de la educación 2017. Indicadores de la OCDE.* Madrid: OECD/MECyD/Fundación Santillana.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2021). *Adolescent mental health*. https://www.who.int

Özaydın, B. B., & Soyyiğit, V. (2024). Parental Emotional Availability and Resilience Among Adolescents: The Role of Emotion Regulation. *International Journal for the Advancement of Counselling*, *46*(3), 1-15. https://doi.org/10.1007/s10447-024-09555-2

Qian, J. (2025). The relationship between parental investment and high school students' academic achievement: The mediating role of academic emotions and the moderating role of learning motivation. *Acta Psychologica*, *259*, 105364. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105364

Quílez-Robres, A., Usán, P., Lozano-Blasco, R., & Salavera, C. (2023). Emotional intelligence and academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Thinking Skills and Creativity*, *49*, 101355. https://doi.org/10.1016/j.tsc.2023.101355

Rodríguez, B., Van, H., González, N., & Unikel, C. (2011). Desarrollo de una escala para medir la percepción de la crianza parental en jóvenes estudiantes mexicanos. *Pensamiento Psicológico, 9*(17), 9-20. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80122596001

Roth, G., Vansteenkiste, M., & Ryan, R. (2019). Integrative emotion regulation: Process and development from a self-determination theory perspective. *Development and psychopathology*, *31*(3), 945-956. https://doi.org/10.1017/S0954579419000403

Secretaría de Educación Pública (SEP). (2017). Planes de estudio de referencia del componente básico del marco curricular común de la Educación Media Superior. México: SEP. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/241

Ubago-Jimenez, J. L., Zurita-Ortega, F., Ortega-Martin, J. L., & Melguizo-Ibañez, E. (2024). Impact of emotional intelligence and academic self-concept on the academic performance of educational sciences undergraduates. *Heliyon*, *10*(8). https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29476

Villarreal, D., & Paz, A. (2017). Cohesión, adaptabilidad y composición familiar en adolescentes del Callao, Perú. *Propósitos y Representaciones, 5*(2), 21-64. DOI: http://dx.doi.org/10.20511/pyr2017.v5n2.158

Wang, M., Wang, Y., Wang, F., Y Xing, X. (2021). Parental corporal punishment and child temperament: Independent and interactive predictors of child emotion regulation in China. *Journal of Interpersonal Violence*, *36*(11-12), 6680–6698. https://doi.org/10.1177/0886260518817058

Zhao, W., & Ma, R. (2025). Investigating the relationship between goal orientation, self-efficacy, positive emotionality, and affective engagement among Chinese students. *Acta Psychologica*, *253*, 1-13. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.104735