



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

### **FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA**

**Línea de investigación:  
Psicología de los procesos básicos y psicología educativa**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología con  
mención en psicología clínica

#### **Autor**

Rivera Caballero, Julio Cesar

#### **Asesor**

López Odar, Dennis Rolando

ORCID: 0000-0001-7622-7066

#### **Jurado**

Castillo Gómez, Gorqui Baldomero

Henostroza Mota, Carmela Reynalda

Aguilar Mori, Karim

**Lima - Perú**

**2025**



# FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA

## INFORME DE ORIGINALIDAD

24%

INDICE DE SIMILITUD

20%

FUENTES DE INTERNET

8%

PUBLICACIONES

14%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal	4%
	Trabajo del estudiante	
2	repositorio.unfv.edu.pe	4%
	Fuente de Internet	
3	Submitted to Universidad Privada San Juan Bautista	1%
	Trabajo del estudiante	
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo	1%
	Trabajo del estudiante	
5	repositorio.ucv.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
6	hdl.handle.net	1%
	Fuente de Internet	
7	repositorio.ulima.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
8	Submitted to Universidad Tecnológica del Peru	<1%
	Trabajo del estudiante	
9	Submitted to Universidad Católica San Pablo	<1%
	Trabajo del estudiante	
10	alicia.concytec.gob.pe	<1%
	Fuente de Internet	



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

### **FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA**

**Línea de investigación:**

**Psicología de los procesos básicos y psicología educativa**

Tesis para optar por el Título Profesional de Licenciado en Psicología con mención en  
psicología clínica

**Autor:**

Rivera Caballero, Julio Cesar

**Asesor:**

López Odar, Dennis Rolando

ORCID: 0000-0001-7622-7066

**Jurado:**

Castillo Gómez, Gorqui Baldomero

Henostroza Mota, Carmela Reynalda

Aguilar Mori, Karim

**Lima – Perú**

**2025**

### **Dedicatoria**

En primer lugar, a Dios, a mi familia, en especial a mi madre y hermana que fueron de soporte incondicionales en este largo camino. Asimismo, a Anita Martina y a mis grandes amigas Cristina C., Deyanira H., Karen L., Allyson E. por su apoyo incondicional.

### **Agradecimientos**

Agradezco de manera incondicional a mi alma mater **UNIVERSIDAD NACIONAL FEDERICO VILLARREAL**; que me formo de manera digna esta profesión. Asimismo, a mis profesores de pregrado que me brindaron las herramientas necesarias para enfrentar los retos y metas profesionales.

A mi asesor, Dennis Rolando López Odar, por su guía, paciencia y acompañamiento durante todo este periodo.

Finalmente, a mi familia que, con su esfuerzo, sacrificio y ejemplo, me dieron la oportunidad de formarme profesionalmente.

## Índice

Resumen.....	7
Abstract.....	8
<b>I. INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>9</b>
1.1. Descripción y formulación del problema .....	10
1.2. Antecedentes.....	13
<i>1.2.1. Antecedentes Nacionales</i> .....	16
<i>1.2.2. Antecedentes internacionales</i> .....	13
1.3. Objetivos.....	19
<i>1.3.1. Objetivo general</i> .....	19
<i>1.3.2. Objetivos específicos</i> .....	19
1.4. Justificación.....	20
1.5. Hipótesis .....	21
<i>1.5.1. Hipótesis general</i> .....	21
<i>1.5.2. Hipótesis específicas</i> .....	21
<b>II. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>22</b>
2.1. Bases teóricas sobre el tema de Investigación.....	22
<b>III. MÉTODO.....</b>	<b>34</b>
3.1. Tipo de investigación .....	34
3.2. Ámbito temporal y espacial.....	34
3.3. Variables.....	34
3.4. Población y muestra .....	36

3.5. Instrumentos .....	38
3.6. Procedimientos .....	43
3.7. Análisis de datos.....	44
3.8. Consideraciones éticas.....	45
<b>IV. RESULTADOS</b> .....	<b>47</b>
<b>V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS</b> .....	<b>53</b>
<b>VI. CONCLUSIONES</b> .....	<b>68</b>
<b>VII. RECOMENDACIONES</b> .....	<b>69</b>
<b>VIII. REFERENCIAS</b> .....	<b>70</b>
<b>IX. ANEXOS</b> .....	<b>82</b>

## Índice de tablas

Tabla 1	Operacionalización de la variable regulación emocional .....	35
Tabla 2	Operacionalización de la variable funcionalidad familiar .....	36
Tabla 3	Descripción de la muestra de investigación.....	37
Tabla 4	Índice de homogeneidad de los Ítems de regulación emocional.....	39
Tabla 5	Análisis de confiabilidad en las dimensiones de la Escala de regulación emocional	40
Tabla 6	Índice de homogeneidad de los Ítems del FACES III .....	42
Tabla 7	Análisis de confiabilidad en la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar .....	43
Tabla 8	Niveles de funcionamiento familiar.....	47
Tabla 9	Tipos de cohesión familiar.....	47
Tabla 10	Tipos de adaptabilidad familiar .....	48
Tabla 11	Niveles de la reevaluación cognitiva.....	49
Tabla 12	Niveles de supresión emocional .....	49
Tabla 13	Análisis de normalidad para las variables.....	50
Tabla 14	Análisis de correlación.....	50
Tabla 15	Análisis de correlación entre la dimensión cohesión y reevaluación cognitiva .....	51
Tabla 16	Análisis de correlación entre la dimensión cohesión y supresión emocional.....	51
Tabla 17	Análisis de correlación entre la dimensión adaptabilidad y reevaluación cognitiva	51
Tabla 18	Análisis de correlación entre la dimensión adaptabilidad y supresión emocional ..	52

## Resumen

El objetivo de esta investigación fue determinar la relación entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Se utilizó una metodología cuantitativa, de tipo básico y diseño no experimental, con una muestra no probabilística por conveniencia de 197 estudiantes (67.5% masculinos y 32.5% femeninos). Para medir las variables, se emplearon la Escala de Regulación Emocional (ERQ) y la Escala de Funcionamiento Familiar (FACES III). Los resultados indicaron que el 71.1% de los adolescentes reportó un nivel medio de cohesión familiar, mientras que el 52.3% presentó un nivel bajo de regulación emocional. Se encontró una correlación positiva, débil y significativa ( $Rho = .210$ ;  $p \leq 0.05$ ) entre funcionalidad familiar y regulación emocional, así como correlaciones significativas entre las dimensiones de cohesión y reevaluación cognitiva ( $Rho = .484$ ;  $p \leq 0.05$ ), cohesión y supresión emocional ( $Rho = -.356$ ;  $p \leq 0.05$ ), adaptabilidad y reevaluación cognitiva ( $Rho = .544$ ;  $p \leq 0.05$ ), y adaptabilidad y supresión emocional ( $Rho = -.512$ ;  $p \leq 0.05$ ). Se concluye que existe una relación débil pero significativa entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional. Se recomienda implementar programas de apoyo familiar enfocados en mejorar la comunicación y la resolución de conflictos para fortalecer la regulación emocional de los adolescentes.

*Palabras clave:* familia, emoción, funcionalidad, regulación, adolescentes

## Abstract

The objective of this research was to determine the relationship between family functioning and emotional regulation in adolescents attending a public school in Metropolitan Lima. A basic, quantitative methodology with a non-experimental design was used, with a non-probability convenience sample of 197 students (67.5% male and 32.5% female). The Emotional Regulation Scale (ERQ) and the Family Functioning Scale (FACES III) were used to measure the variables. The results indicated that 71.1% of adolescents reported a medium level of family cohesion, while 52.3% reported a low level of emotional regulation. A positive, weak, and significant correlation ( $Rho = .210; p \leq 0.05$ ) was found between family functionality and emotional regulation, as well as significant correlations between the dimensions of cohesion and cognitive reappraisal ( $Rho = .484; p \leq 0.05$ ), cohesion and emotional suppression ( $Rho = -.356; p \leq 0.05$ ), adaptability and cognitive reappraisal ( $Rho = .544; p \leq 0.05$ ), and adaptability and emotional suppression ( $Rho = -.512; p \leq 0.05$ ). It is concluded that there is a weak but significant relationship between family functionality and emotional regulation. It is recommended to implement family support programs focused on improving communication and conflict resolution to strengthen adolescents' emotional regulation.

*Keywords:* family, emotion, functionality, regulation, adolescent

## I. INTRODUCCIÓN

El funcionamiento familiar constituye un pilar esencial en la existencia de los adolescentes, pues incide de manera significativa en su desarrollo emocional y psicológico. Durante esta etapa vital, los adolescentes atraviesan múltiples transformaciones que inciden tanto en su salud física como en su equilibrio emocional. La familia nuclear, concebida como microentorno sociocultural más cercano, desempeña un rol esencial para la adquisición de competencias para gestionar las emociones y afrontar los desafíos propios de la adolescencia. Las dinámicas familiares sean estas funcionales o conflictivas pueden influir significativamente en la manera en que los jóvenes regulan sus estados emocionales. Este estudio se propone analizar la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional en adolescentes, es decir, explorar cómo los aspectos del entorno familiar afectan su capacidad para desarrollar competencias en autorregulación emocional. La estructura del estudio se presenta de la siguiente forma:

En esta primera sección se presenta el planteamiento del problema, enmarcándolo dentro de un panorama global, nacional y local vinculado al área de estudio. Se formula la pregunta que orientará el análisis y se revisan los antecedentes más relevantes a nivel internacional y nacional, lo que permite construir una base conceptual sólida. Asimismo, se detallan los objetivos y las hipótesis del estudio, acompañados de una justificación que resalta la relevancia y urgencia de abordar esta temática en el contexto actual.

El segundo apartado desarrolla el marco teórico vinculado al funcionamiento familiar y a la regulación emocional, proporcionando los conceptos clave y las perspectivas que sustentan la investigación. En el tercer apartado, se detallan las características metodológicas del estudio, incluyendo el tipo de estudio, el enfoque adoptado, el diseño metodológico y el alcance del trabajo. Asimismo, se especifican la población objetivo, el tamaño y tipo de

muestra, el procedimiento de muestreo, junto con los criterios de inclusión y exclusión. Como último punto, se describen las técnicas empleadas y los instrumentos utilizados para la recopilación de datos.

El cuarto apartado expone los hallazgos centrales del estudio, abordando tanto el análisis descriptivo como el inferencial. Estos resultados se presentan mediante tablas y gráficos que facilitan su comprensión, acompañados de interpretaciones que explican su significado y relevancia dentro del marco del estudio.

En el quinto apartado, se realiza una discusión de los resultados, contrastándolos con investigaciones previas que han trabajado con variables y poblaciones similares al estudio, además de integrar las teorías relevantes con los hallazgos obtenidos.

El sexto apartado recoge las conclusiones más relevantes del estudio, sintetizando los hallazgos en función de los objetivos planteados y ofreciendo una visión integradora de los resultados obtenidos. Finalmente, el séptimo apartado presenta las recomendaciones y propuestas surgidas a partir del análisis, orientadas a mejorar las prácticas, políticas o intervenciones relacionadas con el objeto de estudio.

### **1.1. Descripción y formulación del problema**

En la adolescencia, los comportamientos desadaptativos, a veces llamado problemas emocionales que se presentan, han resultado ser objeto de preocupación en sus familiares y de los distintos profesionales de la salud, en parte porque es una fase evolutiva crítica donde se puede gestar la psicopatología y, por otro lado, por las lamentables consecuencias y factores de riesgo a las que el adolescente está expuesto (Schoeps et al., 2020). Se conceptualiza a la adolescencia se entiende como una etapa del desarrollo humano que, por lo general, se extiende entre los 11 y los 20 años. Durante este periodo, el individuo alcanza la madurez biológica y sexual, mientras que se encuentra en proceso de consolidar su madurez emocional y social. En

paralelo, comienza a asumir responsabilidades dentro de su entorno social y a adoptar comportamientos acordes con las normas y dinámicas del grupo al que pertenece (Contini et al., 2021; Papalia & Martorell, 2021).

Considerando que es una fase caracterizada por numerosos cambios, especialmente en el ámbito social y emocional, es un periodo de alta vulnerabilidad y exposición a diversos riesgos, como la delincuencia o el embarazo adolescente (García y Correa, 2022; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2022), destacan que durante la adolescencia existe una notable receptividad al moldeamiento conductual, así como una fuerte influencia de los modelos sociales, la incorporación de patrones de comportamiento y la formación de una personalidad que incidirá en la conducta adulta (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2023); en este contexto, se enfatiza el rol fundamental de la familia, cuya influencia en la regulación afectiva y emocional es fundamental (Pérez et al., 2021; Shafiq et al., 2023; Sun et al., 2019).

A nivel mundial, la OMS (2023) informa a la familia como base fundamental para asegurar las condiciones básicas, estructurales y sociales de desarrollo del adolescente y de su salud; en congruencia con lo anterior, se demostró que la funcionalidad familiar juega un papel relevante para la adquisición y promoción de comportamientos saludables (Ho et al., 2022), para la recuperación y remisión de la sintomatología asociada al estrés postraumático (Ye et al., 2023), de la sintomatología depresiva (Guerrero-Muñoz et al., 2021), del mismo modo, los niveles bajos de funcionalidad se han visto relacionados con la violencia familiar, salud mental familiar deteriorada y conductas de riesgo en adolescentes (Goodrum et al., 2020).

Evaluando la información en el contexto continental, Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2023) notificó que, en el transcurso de cuarentena, se recopiló que un porcentaje del 60% de menores de edad latinoamericanos y un 61% de adolescentes norteamericanos han sido víctimas de violencia psicológica, sexual y física dentro del ámbito familiar, por ello,

realizó un llamado de atención a las naciones para focalizar acciones y prevenir estos hechos prestando atención a las necesidades de las familias y poder intervenir en ellas. En el contexto ecuatoriano, se reportó que, de un total de 285 estudiantes adolescentes, el 42.5% proviene de familias modernamente funcionales, mientras que el 36.1% tiene una familia disfuncional (Pilco y Jaramillo, 2023).

A nivel nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2021) presentó un panorama actualizado sobre la composición del hogar peruano, estimando aproximadamente 9 millones de viviendas. De estas, cerca del 40% correspondían a familias nucleares, alrededor del 22% a familias compuestas y un 13% a familias monoparentales. En cuanto a la funcionalidad del núcleo familiar, se ha observado una continuidad con las problemáticas reportadas a nivel internacional. Por ejemplo, la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES, 2023) indicó que aproximadamente el 36% de mujeres incluidas adolescentes experimentaron situaciones de violencia intrafamiliar en diversas formas a lo largo de los seis meses previos. Asimismo, en Lima Metropolitana, los casos de violencia hacia niños y adolescentes en el entorno familiar aumentaron en un 50% durante los años de pandemia (Ministerio de Salud [Minsa], 2021).

Lo cierto es que, muchas veces, se ha descrito la parentalidad y el mantenimiento de la funcionalidad como una tarea compleja y que involucra la experimentación de emociones diarias, por lo que se requiere el desarrollo de estrategias necesarias para su gestión (Zimmer-Gembeck et al., 2022); de la misma manera, la regulación emocional son habilidades necesarias para que el adolescente pueda afrontar las adversidades en su desarrollo; de hecho, resultados de metaanálisis sugieren que estos comportamientos y estrategias son moldeados y aprendidos en el contexto familiar, permitiendo así, ser herramientas de afronte a la sintomatología depresiva y de ansiedad (Daros et al., 2021; Pozzi et al., 2021), así como también, se le considera una variable relevante para el cambio terapéutico (Moltrecht et al., 2021).

De la misma manera, se tiene evidencia de que el contexto familiar y su funcionalidad tiene incidencias en la manera que los niños y adolescentes afrontan y resuelven sus problemas, resultando que aquellos que experimentan violencia, muestran indicadores bajos de regulación emocional (Gruhn & Compas, 2020), por otro lado, se evaluó que el contexto emocional familiar cumplió un rol mediador entre el riesgo socioeconómico y el desarrollo de la regulación de las emociones (Herd et al., 2020).

Por lo tanto, evaluada la problemática de cómo se encuentra la funcionalidad familiar con datos recientes y viendo cómo la evidencia sugiere una estrecha relación entre la influencia de la crianza y del entorno familiar en el desarrollo de la regulación emocional durante la adolescencia, la presente investigación formula la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana?

## **1.2. Antecedentes**

### ***1.2.1. Antecedentes internacionales***

Entre las principales investigaciones revisadas, en Pakistan, Shafiq et al. (2023) ejecutaron un estudio para determinar el rol de la regulación emocional en la relación de la funcionalidad familiar y las competencias sociales en adolescentes. Se trató de una investigación explicativa basada en el modelamiento de ecuaciones estructurales (SEM) llevado a cabo en un conjunto de 621 adolescentes de edades entre los 17 a 21 años, muestra obtenida mediante un muestreo por conveniencia y el criterio de inclusión fue únicamente la edad en el rango mencionado. Los resultados descriptivos muestran una media de 130.17 y 15.09 para la funcionalidad familiar y regulación emocionalmente respectivamente; además la funcionalidad familiar tuvo una relación positiva con la dimensión de la reevaluación cognitiva ( $r = .17, p < .01$ ) y la regulación emocional ( $r = .14, p < .01$ ), pero evidencio una relación nula con la supresión emocional ( $r = .06, p > .05$ ). Se concluyó que la reevaluación cognitiva medio

parcialmente la correlación significativa entre la funcionalidad, la cual, explica las competencias sociales.

Lara-Machado y Tobar (2023) llevaron a cabo un estudio orientado a explorar el vínculo entre la dinámica familiar y la regulación emocional en adolescentes de nivel secundario, pertenecientes a dos centros educativos —uno estatal y otro particular— localizados en la provincia de Tungurahua, Ecuador. La investigación contó con una muestra de 460 adolescentes, cuyas edades oscilaban entre los 12 y 17 años; de ellos, el 38,5% eran mujeres y el 61,5% hombres. Para la recopilación de información se utilizaron dos instrumentos: el cuestionario FF-SIL, destinado a evaluar el funcionamiento familiar, y el ERQ-CA, aplicado para medir las estrategias de regulación emocional en adolescentes. El estudio se enmarcó en un enfoque cuantitativo, de carácter no experimental, con un diseño descriptivo-correlacional. Los resultados revelaron una asociación significativa entre el funcionamiento familiar y las estrategias de regulación emocional: se identificó una correlación positiva ( $\rho = .214$ ) con la reevaluación cognitiva y una correlación negativa ( $\rho = -.195$ ) con la supresión emocional. Estos hallazgos indican que los adolescentes que perciben un entorno familiar más funcional tienden a gestionar sus emociones de forma más adaptativa en distintos escenarios.

En Portugal, Raposo & Francisco (2022) evaluaron el rol mediador del bienestar en la relación explicativa del ambiente familiar y la desregulación emocional en los problemas externalizantes. Fue una investigación explicativa y de diseño transversal basada en el modelamiento de ecuaciones estructurales (SEM) llevado a cabo en un conjunto de 723 adolescentes (59,3% mujeres) con edades entre 12 y 18 años ( $M = 14,70$ ,  $DE = 1,735$ ), donde el muestreo fue obtenido por conveniencia a quienes se les aplicó, de forma presencial en las aulas, el Difficulties in Emotional Regulation Scale (DERS) y el Mental Health Continuum Short Form (MHC-SF). La mayoría de los participantes (67,8%) asistieron al tercer ciclo de

educación básica (7° a 9° grado), y el resto asistieron a la educación secundaria (10° a 12° grado). La mayoría de los participantes (68,6%) afirmó no haber recibido nunca asesoramiento psicológico, el 21,2% la había tenido en el pasado y el 8,6% la tenía actualmente. Los resultados mostraron que la cohesión y soporte familiar correlacionó negativamente con la desregulación emocional ( $r = -.262, p < .001$ ), el conflicto familiar correlacionó positivamente la desregulación ( $r = .333, p < .001$ ).

En China, Yun et al. (2021) evaluaron las relaciones entre la funcionalidad familiar, soledad, regulación de las emociones y esperanza en más de 5000 estudiantes de secundaria, donde la mayoría de ellos vivía con sus padres (83.9%), a quienes se les aplicó el Family Function Questionnaire y Emotion Regulation Questionnaire, ellos las desarrollaron desde sus casas debido al brote de la pandemia además el muestreo fue por conveniencia. Fue una investigación explicativa basada en el modelamiento de ecuaciones estructurales (SEM) donde resultados descriptivos mostraron una media de 4.49 en inteligencia emocional y 10.96 en funcionalidad familiar y se demostró que existía correlación positiva entre la funcionalidad familiar con la regulación emocional ( $r = .420, p < .001$ ), la resiliencia psicológica ( $r = .660, p < .001$ ) y una relación inversa con los problemas conductuales ( $r = -.350, p < .001$ ).

Hasking et al. (2020) estudió el rol mediador de la regulación emocional en los efectos de la funcionalidad familiar sobre las conductas autolesivas y el consumo de bebidas. Se trató de una investigación explicativa basada en el modelamiento de ecuaciones estructurales (SEM) llevado a cabo en un conjunto de 773 adolescentes, de edades entre 18 a 33 años ( $M = 21.54, SD = 2.31$ ). Se evidenció que la funcionalidad familiar mostró una relación positiva y significativa con la dificultad de regular las emociones ( $r = .390, p < .001$ ), con la reactividad emocional ( $r = .170, p < .001$ ) y con un efecto significativo en las conductas autolesivas de los adolescentes ( $r = .210, p < .001$ ).

Finalmente, en México, Orozco-Vargas et al. (2022) Orozco-Vargas et al. (2022) llevaron a cabo un estudio que examinó el rol mediador de la regulación emocional en la relación entre el funcionamiento familiar y la autoeficacia académica. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo, con diseño correlacional y corte transversal, y se inscribió dentro de una lógica explicativa basada en el modelamiento de ecuaciones estructurales (SEM). La muestra estuvo compuesta por 729 adolescentes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los participantes tenían entre 14 y 21 años ( $M = 15.93$ ;  $DE = 1.38$ ), y el 78.46% reportó convivir con ambos progenitores. Para la recolección de datos se emplearon la Escala de Evaluación de Adaptabilidad y Cohesión Familiar (FACES IV) y el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), administrados en grupos de 20 a 25 estudiantes. Los hallazgos revelaron asociaciones positivas entre la cohesión familiar y las estrategias de aceptación ( $r = .250$ ,  $p < .001$ ) y reevaluación cognitiva ( $r = .420$ ,  $p < .001$ ); así como entre la flexibilidad familiar y la aceptación ( $r = .330$ ,  $p < .001$ ), la conciencia emocional ( $r = .290$ ,  $p < .001$ ) y la reevaluación cognitiva ( $r = .250$ ,  $p < .001$ ). Además, se constató un efecto moderado del funcionamiento familiar sobre la regulación emocional ( $\beta = .480$ ,  $p < .001$ ), lo que sugiere que un entorno familiar funcional favorece el desarrollo de estrategias emocionales adaptativas en adolescentes.

### ***1.2.2. Antecedentes Nacionales***

A nivel nacional, Miranda-Ibarra (2024) llevó a cabo un estudio en la ciudad de Chimbote con el objetivo de analizar el papel mediador de la regulación emocional en la relación explicativa entre la disfuncionalidad familiar y la ansiedad ante los exámenes. La investigación se enmarcó dentro de una metodología básica y explicativa. La población del estudio estuvo conformada por 760 adolescentes, de los cuales se extrajo una muestra de 444 estudiantes mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional. La mayoría de los participantes fueron hombres (53.3%) con edades comprendidas entre los 14 y 17 años. Para la

recopilación de información se emplearon dos instrumentos: el Inventario de Autoevaluación de Ansiedad ante los Exámenes (IDASE) y el Cuestionario de Regulación Emocional para Niños y Adolescentes (ERQ-CA). Los hallazgos mostraron una correlación negativa y estadísticamente significativa entre la disfuncionalidad familiar y la estrategia de reevaluación cognitiva ( $r = -.260, p = .001$ ), mientras que la relación entre la disfuncionalidad familiar y la supresión expresiva fue baja o inexistente ( $r = -.02, p = .145$ ). Asimismo, el análisis del modelo explicativo evidenció un efecto moderado y negativo de la disfuncionalidad familiar sobre la reevaluación cognitiva ( $\beta = -.260, p = .001$ ).

Ccanto-Romero (2023) en Lima evaluaron estudiar el grado de vinculación entre la funcionalidad familiar y la inteligencia emocional en adolescentes. Para llevar a cabo el principal objetivo se estructuró una investigación correlacional y transversal. La investigación fue empelada a una muestra censal de 120 estudiantes, con mayor primacía de participantes del sexo femenino (51%) a quienes se les aplicó la Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACESIII) y el Inventario Emocional Bar - On ICE: NA – completo. Los hallazgos mostraron una mayoría de familias con niveles de cohesión categorizadas como conectadas (35.8%) y, en la adaptabilidad, niveles mayoritarios de familias caóticas (35.8%); además la correlación obtenida fue positiva, moderada y significativa ( $r_s = .359, p = .035$ ). Se evidenciaron relaciones positivas y altas entre la funcionalidad familiar y la inteligencia emocional intrapersonal ( $r_s = .605, p = .004$ ) y en el manejo del estrés ( $r_s = .357, p = .047$ ). No se evidenció diferencias significativas en la cohesión ( $U = 1665; p = .537$ ) adaptabilidad ( $U = 1758; p = .899$ ) en función del sexo.

Quilca-Salvatierra & Tito-Palante (2023) en Huancayo estudiaron la relación entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional. Por consiguiente, desarrollaron una investigación con metodología correlacional-transaccional y transversal, la cual fue aplicada en una muestra de 333 adolescentes obtenidos por muestreo intencional no probabilístico,

mayormente de 13 años (45.5%) a quienes se les empleo la Escala de Funcionalidad Familiar FACES-III y la Escala de dificultades en la regulación emocional (DERS). Los hallazgos evidenciaron niveles mayoritarios de funcionalidad extrema (38.9%) y deficiente (37.1%); niveles mayoritarios de cohesión amalgamada (29.4%) y niveles caóticos de flexibilidad (29.2%). Respecto a la regulación emocional, se mostraron niveles medios en su mayoría (50.1%). Se identificó una relación negativa y moderada entre el funcionamiento familiar y dificultades en la regulación emocional ( $r_s = -.400, p = .000$ ), con la dificultad de conciencia emocional ( $r_s = -.370, p = .004$ ), con el rechazo emocional ( $r_s = -.339, p = .004$ ) y en las dificultades metas y estrategias ( $r_s = -.316, p = .004$ ).

Aristi-Espino & Pomares-Jacinto (2022) en Chiclayo estudiaron la relación entre la funcionalidad familiar y la inteligencia emocional. Por consiguiente, desarrollaron una investigación con metodología correlacional y transversal, donde la población fue 266 estudiantes donde la muestra obtuvo mediante un muestreo aleatorio simple, por lo que finalmente la muestra estuvo conformada por 157 estudiantes cuyas edades oscilaron entre los 11 y 17 años. A los participantes se les aplicaron el Inventario Bar-On ICE Abreviado y la Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III). Los resultados indicaron que la mayoría de los estudiantes presentaba un nivel medio de funcionalidad familiar, así como un adecuado desarrollo de la inteligencia emocional. Asimismo, se halló una correlación positiva, moderada y estadísticamente significativa entre la inteligencia emocional y el funcionamiento familiar ( $r = .388, p < .001$ ). De igual forma, se evidenció una relación positiva entre la adaptabilidad familiar y la inteligencia emocional intrapersonal ( $r = .212, p = .008$ ). Por su parte, la cohesión familiar mostró asociaciones positivas tanto con el manejo del estrés ( $r = .259, p = .001$ ) como con la adaptabilidad ( $r = .258, p = .001$ ).

Ochoa-Salinas (2021), en la ciudad de Arequipa, examinó el grado de vinculación entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional en adolescentes. Para ello, se estructuró

una investigación de tipo correlacional y transversal, aplicada a una muestra de 320 estudiantes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. La mayoría de los participantes tenía 13 años (26.25%), cursaba el tercer año de secundaria (25.63%) y convivía con ambos padres (82.5%). Además, se reportó una calidad de convivencia excelente con la madre (41.8%), el padre (32.1%) y los hermanos (32.5%). Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III) y la Escala de Regulación Emocional (DERS), administradas de forma virtual. Los hallazgos indicaron que un gran número de los adolescentes presentaba un adecuado control emocional y mantenía relaciones familiares positivas. Del mismo modo, se identificó una relación negativa significativa entre la funcionalidad familiar y las dificultades en la regulación emocional ( $r = -.357, p < .001$ ). De manera específica, la cohesión se relacionó negativamente con la dificultad en la conciencia emocional ( $r = -.386, p < .001$ ), el rechazo emocional ( $r = -.315, p < .001$ ), el establecimiento de metas ( $r = -.248, p < .001$ ) y el uso de estrategias de regulación ( $r = -.333, p < .001$ ). Por su parte, la adaptabilidad mostró una tendencia similar, correlacionándose negativamente con la dificultad en la conciencia emocional ( $r = -.246, p < .001$ ), el rechazo emocional ( $r = -.199, p < .001$ ), las metas ( $r = -.139, p < .001$ ) y las estrategias ( $r = -.224, p < .001$ ).

### **1.3. Objetivos**

#### ***1.3.1. Objetivo general***

Determinar la relación entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

#### ***1.3.2. Objetivos específicos***

Describir la funcionalidad familiar en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana

Describir la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana

Analizar la relación entre la cohesión y la reevaluación cognitiva en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

Analizar la relación entre la cohesión y la supresión emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

Analizar la relación entre la adaptabilidad y la reevaluación cognitiva en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

Analizar la relación entre la adaptabilidad y la supresión emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

#### **1.4. Justificación**

Como justificación teórica, el estudio busca contribuir con la exploración y la evaluación de la propuesta teórica que plantea que la funcionalidad familiar funciona como un espacio estructurado que facilita el desarrollo de competencias fundamentales en el individuo, como las habilidades de regulación emocional. Por lo tanto, su evaluación dentro del marco sociocultural peruano, se podrá observar cómo interactúan las variables en esta población.

Desde una perspectiva práctica, la investigación se justifica en la medida en que el análisis detallado de los atributos y funciones de una variable facilita la comprensión y predicción de otras relacionadas variables asociadas. Este conocimiento resulta fundamental para el diseño de tecnologías orientadas a modificar dichos factores clave, con miras al desarrollo de intervenciones efectivas y la elaboración de protocolos que promuevan conductas saludables y adaptativas.

Desde una perspectiva metodológica, la implementación de los instrumentos permitirá revisar y analizar su desempeño psicométrico, en términos de evidencias de validez y confiabilidad. Este proceso contribuirá a confirmar su pertinencia y aplicabilidad en futuras investigaciones dentro de contextos clínicos y educativos, particularmente en poblaciones adolescentes.

## **1.5. Hipótesis**

### ***1.5.1. Hipótesis general***

Existe una relación positiva y significativa entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

### ***1.5.2. Hipótesis específicas***

Existe una relación positiva y significativa entre la cohesión y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

Existe una relación positiva y significativa entre la cohesión y la supresión emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

Existe una relación positiva y significativa entre la adaptabilidad y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

Existe una relación positiva y significativa entre la adaptabilidad y la supresión emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Bases teóricas sobre el tema de Investigación

#### 2.1.1. *Funcionalidad Familiar*

Para abordar el concepto de funcionalidad familiar, es necesario primero delimitar el significado de familia. Según Durán-Heras (1988), este término alude a un conjunto de personas vinculados por lazos biológicos, legales o consensuales, que conforman una red compleja de parentesco. Esta red está sujeta a transformaciones y actualizaciones, y se rige por un conjunto de normas y pautas que regulan las relaciones entre sus miembros. En consonancia con esta perspectiva, Torres-Velázquez et al. (2008) definen la familia se concibe como un sistema biopsicosocial que integra la relación entre el sujeto y su entorno social, conformado por individuos vinculados afectiva y estructuralmente de consanguinidad, convivencia, matrimonio o adopción.

A su vez, distintos autores afirman que este conjunto o sistema asume la responsabilidad fundamental de formar a quienes lo integran. Por ello, una de sus funciones primordiales es brindar formación, cuidado y disciplina a sus miembros, especialmente a la descendencia, cuya estabilidad emocional y económica se verá reflejada en su desarrollo futuro. En este sentido, hablar de familia implica necesariamente abordar las dinámicas relacionales entre sus integrantes y examinar cómo se ejercen las responsabilidades atribuidas a este sistema (Crandall et al., 2016; Shek et al., 2022; Zhu et al., 2022).

Yendo más a fondo con el concepto principal, según Minuchín (1984) la funcionalidad o disfuncionalidad familiar no se caracteriza por la ausencia de conflictos, sino por la manera en que la familia responde ante ellos. En este sentido, se considera funcional aquella familia que logra ajustarse a entornos dinámicos y variables, manteniendo la continuidad de sus vínculos y promoviendo el desarrollo integral de cada uno de sus miembros. Berenguer et al. (2017) destacan que el concepto de funcionalidad se enmarca en una perspectiva sistémica,

aludiendo a la forma en que el grupo humano se relaciona internamente y construye su identidad familiar. En consonancia, Asto y Ramos (2022) señalan que la funcionalidad implica el cumplimiento de roles y funciones, así como la calidad de las interacciones familiares. Por su parte, Cortaza-Ramírez et al. (2019) precisan que la funcionalidad familiar se refiere al conjunto de relaciones que permiten la satisfacción de las necesidades de sus miembros, favorecen la aparición de conductas saludables y contribuyen a la gestión o prevención de comportamientos de riesgo, haciendo más llevaderas las distintas etapas del desarrollo individual.

**2.1.1.1. Modelo Circumplejo de sistemas familiares de Olson.** El concepto de funcionalidad familiar ha experimentado una evolución constante en el marco del desarrollo de la terapia familiar, particularmente dentro del enfoque sistémico (Miller et al., 2000). No obstante, fue hacia finales de la década de 1970 cuando este constructo comenzó a ser abordado explícitamente como una variable teórica y aplicada de relevancia en el ámbito de la terapia sistémica, gracias al modelo propuesto por Olson et al. (1979). En sus planteamientos, los autores identifican la cohesión y la flexibilidad como dimensiones centrales que sintetizan cerca de 200 conceptos previamente formulados por diversos investigadores para explicar las dinámicas familiares y de pareja. Esta propuesta surgió como una respuesta al vacío existente entre los modelos teóricos los hallazgos empíricos que respaldan la efectividad de las intervenciones sistémicas, ofreciendo así una visión comprensiva del funcionamiento familiar y sus implicancias ante su presencia, transformación o ausencia. El modelo se enfoca en las interacciones que ocurren dentro del sistema familiar, integrando perspectivas clásicas y contemporáneas, y establece la cohesión, la flexibilidad (o adaptabilidad) y la comunicación como los pilares fundamentales que operan en distintos tipos de familias (Olson, 2000).

En cuanto a las dimensiones de la variable se considera la propuesta de Olson et al. (1979) como la teoría que guiará la investigación.

La primera dimensión de la variable corresponde a la cohesión familiar, entendida como el vínculo afectivo y la cercanía emocional que se establece entre los miembros del sistema familiar. A esta se suma la percepción de autonomía que cada integrante experimenta dentro del grupo (Olson, 1989; Olson, 1993). Esta dimensión permite evaluar tanto la intensidad de los lazos relacionales dentro del grupo familiar como la presencia, ausencia o calidad de dichos lazos, así como la percepción individual de independencia dentro del sistema. En este marco, Buswell et al. (2012) identificaron y propusieron cuatro categorías para describir los niveles de cohesión:

**Desligada:** Esta categoría se distingue por una escasa o nula vinculación afectiva entre los integrantes del sistema familiar. Predomina una marcada independencia individual, acompañada de bajos niveles de confianza, apego y lealtad entre los miembros (Olson y DeFrain, 1997).

**Separada:** En esta categoría, la relación afectuosa entre los miembros del sistema familiar es más evidente, lo que permite reconocer un sentido de pertenencia compartido, expresado como un “nosotros” familiar. La confianza mutua está presente, aunque se conserva una marcada autonomía individual (Olson y DeFrain, 1997).

**Unidas:** Esta categoría se caracteriza por una fuerte presencia de vínculos afectivos y altos niveles de confianza entre los miembros del sistema familiar. A pesar de esta cercanía emocional, se mantienen límites definidos y una adecuada autonomía individual (Olson y DeFrain, 1997).

**Enredadas:** En este nivel, los lazos afectivos se intensifican de manera excesiva, generando una dependencia emocional marcada. Se observa una seguridad y lealtad extremas entre los miembros, lo que conlleva a la pérdida de autonomía individual y a una difuminación de los límites personales (Olson y DeFrain, 1997).

La segunda dimensión corresponde a la adaptabilidad o flexibilidad, entendida según Olson (2000) como la frecuencia con que se producen modificaciones en el liderazgo, las tareas, los roles y las normas que estructuran la dinámica familiar. Esta noción alude a una capacidad latente que permite a la familia ajustarse a diversas exigencias, contextos y eventos inesperados; es decir, al nivel en que puede mantenerse funcional frente a situaciones de vulnerabilidad o estrés. En esta línea, Buswell et al. (2012) identificaron cuatro categorías diferenciadas, cada una con atributos distintivos que ilustran distintos grados de adaptabilidad.

**Caótica:** Se caracteriza por una marcada indefinición de roles dentro del sistema familiar. La disciplina, así como las reglas y normas impuestas por los padres hacia los hijos, tienden a ser inconsistentes y altamente variables, lo que genera ambivalencia en la dinámica relacional (Olson y DeFrain, 1997).

**Flexible:** Se observa un liderazgo claro por parte de las figuras parentales, acompañado de una distribución compartida de roles en el hogar. La toma de decisiones se realiza de manera democrática, aunque existe cierta permisividad y variabilidad en la aplicación de normas y sanciones disciplinarias (Olson y DeFrain, 1997).

**Estructurada:** Predomina un liderazgo definido, con jerarquías y roles explícitos que, aunque establecidos y compartidos, pueden no cumplirse en determinadas circunstancias. La disciplina es moderada y se ejerce en un contexto de participación democrática (Olson y DeFrain, 1997).

**Rígida:** Se impone una autoridad centralizada y dominante, donde las decisiones y directrices provienen de una figura con escaso margen para la participación de los demás miembros. La disciplina es estricta y la expresión de opiniones o el ejercicio de la democracia familiar son prácticamente inexistentes (Olson y DeFrain, 1997).

Como se puede observar, el modelo teórico que sustenta este constructo es el modelo circunplejo de la familia, el cual propone una comprensión no lineal de los fenómenos que

ocurren en las interacciones familiares, lo que lo convierte en un enfoque más ajustado a la diversidad de configuraciones y dinámicas presentes en las parejas y familias contemporáneas (Olson, 2000). Esta propuesta teórica se distingue por integrar múltiples aportes del enfoque sistémico-familiar en torno a tres dimensiones clave: cohesión, flexibilidad (o adaptabilidad) y comunicación (D. H. Olson et al., 2019). Además, el modelo contempla la clasificación de 25 tipos de pareja o sistemas familiares, lo que facilita la comprensión del desarrollo y evolución de dichos sistemas. Esta estructura teórica permite no solo una intervención más eficaz, sino también la evaluación del constructo, la formulación y contrastación de hipótesis, así como su aplicación en otros contextos como instituciones educativas, equipos de trabajo y organizaciones (Olson et al., 2019).

**2.1.1.2. Funcionamiento familiar en adolescentes.** El adolescente podría encontrarse a diversos contextos de riesgo, y estos cambios pueden estar condicionados por el contexto en el que se sitúe. En este escenario, la familia adquiere un rol determinante, al promover un desarrollo adecuado (Mendoza, 2024). Es fundamental que se establezca un balance funcional por parte de los padres entre la supervisión y el respeto por la privacidad de los adolescentes. El estilo de crianza, ya sea autoritario, permisivo o democrático, influye directamente en cómo los jóvenes perciben las relaciones familiares. El funcionamiento familiar cumple un rol crucial en esta etapa, ya que es cuando el adolescente experimenta conductas de riesgo, cambios físicos y emocionales, y enfrenta algunas crisis. Durante este período, el adolescente requerirá el apoyo y la estabilidad de su familia para atravesar con éxito y serenidad esta fase tan transformadora, la cual impactará su bienestar. Un funcionamiento familiar deficiente puede contribuir a un estilo de vida inestable para el adolescente (Ricaldi, 2023).

**2.1.1.3. Impacto de un adecuado/inadecuado funcionamiento familiar.** Los adolescentes que se desarrollan en contextos familiares donde se les permite expresar sus opiniones, pero también se les guía de manera respetuosa, son más propensos a desarrollar una

autoestima saludable y habilidades para tomar decisiones (Alejos, 2024). Un entorno familiar adecuado incide de manera sustancial la evolución afectiva y relacional en la adolescencia, brindándoles las herramientas necesarias para interactuar de manera efectiva con el entorno y enfrentar los desafíos de la vida. En una familia funcional, se caracteriza por una buena comunicación, donde los miembros se manifiestan de manera precisa y una asignación explícita de roles y respetados entre ellos. Además, se destaca debido a su habilidad para gestionar los conflictos mediante estrategias de resolución positivas, promoviendo la cohesión y la comprensión mutua, lo cual fortalece los lazos familiares y facilita el progreso de todos los miembros (Estévez, 2020).

Además, la dinámica familiar puede afectar la manera en que los adolescentes regulan el estrés y las emociones. Las familias que fomentan el apoyo mutuo y el manejo constructivo de conflictos aprueban que los adolescentes desarrollen habilidades emocionales que les serán útiles durante su vida adulta. Sin embargo, cuando el ambiente familiar es conflictivo, inconsistente o carece de apoyo, los adolescentes pueden experimentar mayores niveles de ansiedad, inseguridad y problemas de conducta (Cruz, 2019). Al examinar los conflictos entre figuras parentales y adolescentes durante la adolescencia, es importante destacar diversas investigaciones que evidencian los efectos significativos de dicha conflictividad en la salud y el bienestar del adolescente. Estas consecuencias suelen ser considerados negativos, ya que transforman la dinámica familiar en un factor de riesgo psicosocial. Por ejemplo, se ha identificado que la conflictividad familiar puede influir en el consumo de drogas, en la aparición de trastornos alimenticios, en el desarrollo de síntomas depresivos, así como en pensamientos y tentativas suicidas. Además, se ha observado que los conflictos familiares pueden afectar negativamente el proceso de autonomía del adolescente, su rendimiento académico e incluso contribuir al desarrollo de comportamientos antisociales y violentos (Aguilera, 2024). Las dinámicas familiares marcadas por el conflicto generan múltiples

factores de riesgo psicosocial que inciden de manera significativa en el proceso de maduración afectiva y relacional durante la adolescencia. Estos efectos no se limitan únicamente al corto plazo, sino que pueden extenderse y manifestarse en etapas posteriores del ciclo vital. Cuando el adolescente se forma en un entorno caracterizado por la tensión constante, la ausencia de apoyo afectivo o la confrontación reiterada, su capacidad para establecer vínculos saludables tanto con sus figuras parentales como con sus pares se ve comprometida. La carencia de un ambiente familiar estable y contenedor puede dar lugar a sentimientos de inseguridad, baja autoestima y dificultades en la regulación emocional, lo que incrementa el riesgo de desarrollar trastornos como ansiedad, depresión o alteraciones conductuales tales como la agresividad o el retraimiento social (Chuquizuta y Maldonado, 2024).

### ***2.1.2. Regulación emocional***

Se puede conceptualizar esta habilidad, según Gross (1998) como comportamientos automáticos o intentos deliberados de las personas con la finalidad de influir la experimentación, expresión, intensidad y respuesta de una emoción. Este proceso de regulación implica cambios e intervenciones en los distintos aspectos de la emoción, esto es, las situaciones que lo provocan, la atención dirigida, la valoración implícita, la experiencia subjetiva, el comportamiento expresivo o la fisiología misma (Mauss et al., 2007). Otro autor e investigador en el constructo como Thompson (1994) basó la definición de la regulación emoción como una serie de procesos internos y externos cuya finalidad es la modificación de la expresión de una emoción, a menudo, para alcanzar un objetivo o meta en particular.

De la misma manera, años más tarde, se enfatizó en una perspectiva multinivel que incluye procesos e interacciones entre los distintos niveles neurobiológicos, cognitivos y sociales, por lo que, no pueden interpretarse de manera aislada o separada; añádide también que el desarrollo de este constructo se da a través del tiempo, se influenciada por la historia del

sujeto, experiencias tempranas, interacciones sociales, familiares o relaciones de apego (Thompson et al., 2008).

Sin embargo, aunque se trate de patrones conductuales o habilidades a desarrollar a influir, lo cierto también es que las reacciones emocionales, intensas o en zozobra, son generalmente adaptativas, útiles y funcionales. Lo anterior también incluye a las etiquetadas emociones negativas, aunque no placenteras, aversivas o no deseadas en su momento, a menudo permiten o cumplen una función en determinado momento para la priorización de comportamientos adaptativos, permitir escapar de la situación de peligro o permitir ser más eficientes (McRae, 2016); no obstante, también se dan situaciones donde estas emociones, aunque tengan una función, no permiten un adecuado desenvolvimiento, produciendo molestias a nivel social y en otras interacciones posibles, siendo aquí, la importancia de estas estrategias (Gross, 2002).

**2.1.2.1 Modelo modal de la regulación emocional.** Según Gross (2008), el proceso de regulación es posible de ocurrir en distintos puntos del proceso generativo de la experiencia emocional, por lo cual, identificó cinco estrategias principales de regulación emocional que actúan en distintos momentos: Selección de la situación, es decir, acercarse o evitar ciertas situaciones, personas o actividades en función de su potencial para desencadenar emociones. Modificación de la situación, la cual consiste en una vez inmerso en una situación, intentar modificar factores ambientales o conductuales para alterar su impacto emocional. Prosiguiendo, el despliegue atencional consta en dirigir la atención hacia o lejos de determinados aspectos de la situación para influir en las emociones. A la par, el cambio cognitivo, esto es, alterar la evaluación o interpretación del contexto para modificar su significado emocional, como la reevaluación cognitiva. Finalmente, la modulación de respuesta o el influir directamente en la experiencia emocional, la expresión conductual o la respuesta fisiológica, como la supresión expresiva (Gross, 1998, 2002; Mauss et al., 2007).

Como se puede apreciar, estas estrategias se pueden clasificar en dos grandes grupos: las orientadas en los antecedentes de la emoción (selección de la situación, modificación de la situación, despliegue atencional y cambio cognitivo) y las centradas en la respuesta emocional (modulación de la respuesta). Las estrategias centradas en los antecedentes tienden a ser más efectivas y adaptativas que las centradas en la respuesta, ya que abordan la emoción antes de que se haya desarrollado completamente (Eadeh et al., 2021; J. Gross, 2002, 2008; Mauss et al., 2007). Basado en el modelo del autor, se llevó a cabo el diseño de un instrumento que permite la evaluación del constructo mediante una dimensión destinada a evaluar una de las estrategias antecedentes más comunes, esto es, reevaluación cognitiva; por otro lado, también se centra en una estrategia centrada en la respuesta como dimensión, esto es, la supresión emocional (Gross, 2002).

**A. *Reevaluación cognitiva.*** Se conceptualiza a la reevaluación cognitiva como una estrategia cuyo foco de acción es en cambiar la atribución cognitiva frente a una situación determinada, valoración subjetiva o situación con la finalidad de alterar el impacto emocional, esta se considera intervención en antecedente, dado que, se hace antes de que la emoción se haya expresado en su totalidad (Troy et al., 2018). Esta estrategia se resalta por su excelente papel y resultados al reducir el malestar de la experimentación emocional negativa, aumentar las sensaciones emocionales apetitivas (Clark, 2022), mantiene y mejora las relaciones sociales interpersonales y mayor bienestar social (Buhle et al., 2014; McRae et al., 2012), por lo que, forma parte de las estrategias que conforman el tratamiento cognitivo conductual o la terapia dialéctica conductual (Clark, 2022; Troy et al., 2018).

**B. *Supresión emocional.*** Otra de las estrategias más utilizadas, según la propuesta de Gross (1998), es la supresión; esta estrategia se ubica en aquellas destinadas a intervenir la respuesta emocional mediante la inhibición o reducción de la manifestación emocional una vez que estas ya fueron totalmente generadas (Gross & John, 2003; Gross & Cassidy, 2019). No

obstante, la evidencia sugiera que puede tener efectos contraproducentes en la fisiología del individuo, aumentando la actividad cardíaca y la presión sanguínea y el arousal fisiológico, lo que conllevaría a un deterioro de la salud a largo plazo (Cameron & Overall, 2018). De la misma manera, también se ha evaluado consecuencias psicológicas adversas, como el aumento paradójico de la experiencia emocional negativa suprimida y un deterioro de la experimentación de afecto positivo (Impett et al., 2012); se vincula o resalta como una variable transdiagnóstica que explica problemas psicológicos como la depresión, ansiedad, problemas adaptativos (Danner et al., 2014; Smith et al., 2019), problemas de conducta alimentaria (Prefit et al., 2019), personalidad límite (Robins & Rosenthal, 2012), entre otros; es por ello, que suele ser el foco de intervenciones en la terapia cognitiva conductual (Dingemans et al., 2009), de aceptación y compromiso (ACT)(Hayes et al., 1999) o la terapia dialéctica conductual (DBT)(Lynch et al., 2006).

En el ámbito social, al supresión emocional, la evidencia sugiere que está vinculado a un deterioro de las relaciones sociales y afectivas; individuos con tendencia a la supresión o evitación emocional experimenta menor apoyo social, poca o nula cercanía con la familia o la esfera social, experimentan distanciamiento con reforzadores positivos o apetitivos de conductas saludables, crea sensación de inautenticidad, dificulta las relaciones emocionales, la intimidad y refuerza los comportamientos de evitación o ansiógenos que mantienen los cuadros psicopatológicos (Dingemans et al., 2009; Impett et al., 2012; Smith et al., 2019; Troy et al., 2018).

**2.1.2.2. Regulación emocional en adolescentes.** Los adolescentes que logran una regulación emocional adecuada tienden a gozar de una mejor salud integral, tanto física como psicológica, evidenciada en una menor presencia de síntomas somáticos y niveles reducidos de ansiedad, depresión, ideación suicida e intentos autolesivos. No obstante, cuando no se posee la habilidad de regular las emociones, es más probable que estos síntomas aparezcan y afecten

la salud del adolescente (Bolívar-Ramírez et al., 2022). Durante esta etapa del desarrollo, los adolescentes atraviesan múltiples transformaciones hormonales, psicológicas y sociales, lo que vuelve especialmente relevante su habilidad para la autorregulación emocional. El aprendizaje de estrategias de autorregulación emocional les permite afrontar situaciones estresantes, establecer relaciones interpersonales saludables y enfrentar los retos cotidianos con mayor fortaleza psicológica. Una regulación emocional adecuada actúa como factor protector frente a trastornos como la ansiedad y la depresión, contribuyendo significativamente al bienestar y calidad de vida de los jóvenes (Caqueo-Urizar et al., 2020).

**2.1.2.3. Relación de la regulación emocional con otras variables.** La autorregulación emocional constituye una competencia fundamental para el bienestar global de los adolescentes, dado que incide de manera directa en su equilibrio psicológico y salud mental y física. Un uso inadecuado de esta habilidad puede tener consecuencias graves y progresivas, como el desarrollo de trastornos psicológicos tales como depresión, ansiedad, desbordamiento emocional, impulsividad e intolerancia a la frustración. Estos problemas son especialmente relevantes en los contextos académico y social, donde los adolescentes deben lidiar con diversas demandas y presiones. Según López y Merino (2024), un mal manejo emocional puede desencadenar reacciones inadaptadas ante situaciones cotidianas, lo que afecta de manera adversa el desempeño escolar, la calidad de los vínculos sociales y el equilibrio emocional en la adolescencia.

Por el contrario, aquellos jóvenes que logran gestionar adecuadamente sus estados afectivos de manera efectiva suelen disfrutar de una mejor salud física y psicológica. Bolívar-Ramírez (2022) sostiene que aquellos jóvenes que gestionan adecuadamente sus emociones experimentan menos síntomas físicos relacionados con el estrés, como dolores de cabeza, trastornos digestivos o fatiga, así como menores niveles de ansiedad y depresión. Además, la habilidad para regular los estados emocionales de manera adaptativa adecuada reduce

significativamente los pensamientos suicidas y los intentos de suicidio, promoviendo una mayor estabilidad emocional y una mejor calidad de vida. Cuando los jóvenes no logran regular sus emociones, estos síntomas tienden a emerger con mayor frecuencia, lo que aumenta los riesgos de desarrollar trastornos mentales que afecten su salud a largo plazo. Por ende, la competencia en regulación emocional constituye un elemento clave para el bienestar global en la adolescencia, ya que les permite enfrentar los desafíos de la adolescencia de manera más resiliente y saludable.

### III. MÉTODO

#### 3.1. Tipo de investigación

El estudio es de tipo básico, ya que no busca solucionar un problema, sino comprender un fenómeno. El estudio tiene un enfoque cuantitativo, debido a que utiliza la recolección de datos mediante instrumentos basados en la medición numérica y el análisis estadístico (Hernández et al., 2014).

El estudio presenta un alcance descriptivo-correlacional, orientado a identificar y evidenciar la relación existente entre las variables analizadas. Para ello, se procede al registro independiente de cada variable, seguido de un análisis conjunto que permite establecer vínculos significativos entre los conceptos abordados (Hernández et al., 2014).

El diseño metodológico adoptado es no experimental, dado que no se interviene ni se manipulan las variables objeto de estudio. Asimismo, se trata de un diseño transversal, ya que la recolección de datos se lleva a cabo en un único momento o periodo específico (Sánchez y Reyes, 2015).

#### 3.2. Ámbito temporal y espacial

El estudio se desarrolló entre los meses junio y diciembre del año 2024. El estudio se desarrolló en una institución educativa pública de nivel secundario, ubicada en el distrito de Los Olivos, en la zona norte de Lima Metropolitana.

#### 3.3. Variables

##### 3.3.1. Regulación emocional

**Definición conceptual.** Gross & John (2014) señala que la regulación emocional es un proceso a través del cual los individuos ejercen influencia sobre las emociones que perciben, viven y manifiestan. Este proceso puede adoptar formas adaptativas o desadaptativas, dependiendo de cómo se gestione en cada persona.

**Definición operacional.** La variable regulación emocional se evaluó utilizando las puntuaciones obtenidas de la Escala de la regulación emocional (ERQ), sumando los puntajes de los ítems de las dimensiones Reevaluación emocional y Supresión emocional para obtener un puntaje total

**Tabla 1**

*Operacionalización de la variable regulación emocional*

Dimensiones	Indicadores	Ítems
Reevaluación emocional	Reconocimiento de las emociones	1,3,5,7,8,10
	Comprensión de los efectos de las emociones	
	Habilidad para cambiar la perspectiva emocional	
	Apreciación de las emociones	
Supresión emocional	Tendencia a ocultar las emociones	2,4,6,9
	Dificultad para expresar emociones	
	Uso de mecanismos de defensa para bloquear las emociones	

### 3.3.2. Funcionalidad familiar

**Definición conceptual.** Olson et al. (1985) plantean que la funcionalidad familiar depende de las dinámicas relacionales y los lazos afectivos entre sus integrantes. Asimismo, destaca la habilidad de la familia para enfrentar y sobreponerse a los conflictos que surgen en el transcurso de su vida diaria.

**Definición operacional.** La variable funcional familiar se realizó la evaluación a partir de las puntuaciones obtenidas. de la Escala de Funcionamiento Familiar (FACES III), sumando

los puntajes de cada ítem para obtener un por dimensión tanto Cohesión y Adaptabilidad y obtener el puntaje total.

**Tabla 2**

Operacionalización de la variable funcionalidad familiar

Dimensiones	Indicadores	Ítems
Cohesión	Apoyo emocional en la familia	1,3,5,7,9, 11, 13, 15,17,19
	Vínculos afectivos familiares	
Adaptabilidad	Comunicación abierta	2,4,6,8,10,12,14,16,18,20
	Capacidad para enfrentar cambios	
	Flexibilidad en los roles familiares	
	Resolución de conflictos familiares	

### 3.4. Población y muestra

La población en estudio estuvo conformada por un total de 370 alumnos matriculados para el año 2024, abarcando desde el primer hasta el quinto año de educación secundaria, pertenecientes a una Institución Educativa Pública ubicada en el Distrito de Los Olivos, en la zona norte de Lima Metropolitana.

- Como criterios de inclusión se estableció como criterio de inclusión la participación de adolescentes peruanos, con edades comprendidas entre los 12 y 17 años, matriculados durante el año lectivo 2024, que acepten voluntariamente formar parte del estudio y cuenten con la autorización expresa de su padre, madre o representante legal.

- Los criterios de exclusión se excluyeron a aquellos adolescentes que no manifestaron su voluntad de participar, que presentan alguna discapacidad física o intelectual, así como a quienes no contaron con el consentimiento de sus padres o tutores legales para integrarse al estudio.

El tipo de muestreo utilizado en este estudio fue no probabilístico por conveniencia, lo que significa que no se seleccionaron los participantes mediante un proceso aleatorio o basado en probabilidades. En cambio, la elección de la muestra se basó en la facilidad y accesibilidad que ofrecieron las autoridades de la institución educativa para obtener la colaboración de los estudiantes. Según Hernández et al. (2014), este tipo de muestreo se caracteriza por ser práctico y adecuado cuando no se puede acceder a toda la población o cuando las condiciones de acceso son limitadas.

La muestra estuvo integrada por 197 adolescentes, con edades entre los 12 y 17 años, todos ellos estudiantes de educación secundaria pertenecientes a una misma institución educativa pública. (ver Tabla 3). Estos estudiantes fueron seleccionados con el objetivo de que presentaran las mismas características demográficas y socioeconómicas que la población total, con el fin de garantizar que los resultados obtenidos fueran representativos y pertinentes para la población general.

**Tabla 3**

*Descripción de la muestra de investigación*

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Hombres	64	67.5
	Mujeres	133	32.5
Año	1 <sup>er</sup> año	38	19.3
	2 <sup>do</sup> año	52	26.4
	3 <sup>er</sup> año	29	14.7
	4 <sup>to</sup> año	35	17.8

---

Se observa en la Tabla 3, el 67.5 % del total de participantes son mujeres, asimismo, la mayor cantidad de participantes pertenece a 2do de secundaria con un 26.4 % y la menor cantidad pertenece al 3ro con un 14.7 %.

### **3.5. Instrumentos**

Se emplearon instrumentos de medición validados para la recolección objetiva de datos.

Entre ellos se incluyen:

#### ***3.5.1. Escala de la regulación emocional (ERQ)***

El Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), diseñado por J. Gross en 2003, es un instrumento que permite evaluar las estrategias utilizadas por los adolescentes para gestionar sus emociones. Consta de 10 ítems distribuidos en dos dimensiones fundamentales: la reevaluación cognitiva y la supresión emocional. Su aplicación se realiza de forma individual, empleando una escala tipo Likert que oscila entre (1) totalmente en desacuerdo y (7) totalmente de acuerdo. Esta herramienta facilita la identificación de los mecanismos que los adolescentes emplean para regular sus emociones en diversos contextos cotidianos.

**3.5.1.1. Adaptación al contexto peruano.** El Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ), elaborado por Gross (2003), fue adaptado al contexto peruano ese mismo año por Grimaldo bajo la denominación ERQP. Este instrumento evalúa dos dimensiones principales: la reevaluación cognitiva y la supresión emocional. Consta de 10 ítems, de los cuales seis están orientados a medir la reevaluación cognitiva y los cuatro restantes a la supresión.

La validación del ERQ en Perú fue realizada por Miranda et al. (2018), quienes reportaron niveles adecuados de confiabilidad. En particular, el coeficiente omega superó el valor de 0.70, lo que indica una alta consistencia interna entre los ítems de la escala.

Los ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10 se asocian con la dimensión de reevaluación cognitiva, mientras que los ítems 2, 4, 6 y 9 corresponden a la dimensión de supresión emocional. Para

su interpretación, se recomienda calcular por separado los puntajes de cada dimensión y contrastarlos con los baremos establecidos.

**3.5.1.2. Validez y Confiabilidad.** Espinoza y Cervantes en el 2021, Se comprobó la validez de constructo mediante un análisis factorial confirmatorio, el cual arrojó índices de ajuste aceptables para el modelo teórico propuesto. Respecto a las cargas factoriales estandarizadas, se observó que en la dimensión de reevaluación cognitiva los valores oscilaron entre .60 y .76, mientras que en la dimensión de supresión emocional se situaron entre .71 y .77. La correlación entre ambos factores fue de -.65. Asimismo, la consistencia interna fue evaluada a través del coeficiente Omega, obteniéndose un valor de .826 para la dimensión de reevaluación cognitiva y de .833 para la de supresión emocional.

En el marco de la presente investigación, la Tabla 4 presenta los índices de homogeneidad correspondientes a cada ítem de la Escala de Regulación Emocional (ERQ). Los ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10 se agrupan dentro de la dimensión de reevaluación cognitiva, mientras que los ítems 2, 4, 6 y 9 pertenecen a la dimensión de supresión emocional. Los resultados muestran que el ítem 4 obtuvo la correlación más baja (.280), mientras que el ítem 7 alcanzó la correlación más alta (.668). Según los criterios establecidos por Gómez et al. (2018), los valores del índice de homogeneidad deben superar el umbral de .20 para considerarse aceptables; aquellos ítems que no alcanzan este valor son susceptibles de ser descartados. En consecuencia, los resultados obtenidos respaldan la pertinencia de los ítems en relación con el constructo de regulación emocional.

**Tabla 4**

*Índice de homogeneidad de los Ítems de regulación emocional*

Dimensión	Ítems	Correlación ítems-test
-----------	-------	------------------------

	1	.523
	3	.662
Reevaluación emocional	5	.642
	7	<b>.668</b>
	8	.615
	10	.482
Supresión emocional	2	.650
	4	<b>.280</b>
	6	.640
	9	.544

Asimismo, la Tabla 5 presenta el análisis de confiabilidad de la Escala de Regulación Emocional (ERQ), evaluado mediante el coeficiente alfa de Cronbach para cada una de sus dimensiones. Los resultados indican un índice de fiabilidad de  $\alpha = .822$  para la dimensión de reevaluación cognitiva y de  $\alpha = .733$  para la dimensión de supresión emocional. Estos valores reflejan una adecuada consistencia interna, lo que respalda la confiabilidad del instrumento en la muestra analizada.

### Tabla 5

#### *Análisis de confiabilidad en las dimensiones de la Escala de regulación emocional*

Dimensión	N de elementos	Alfa de Cronbach
Escala total	10	.613
Reevaluación cognitiva	6	.822
Supresión emocional	4	.733

### 3.5.2. Escala de Funcionamiento Familiar (FACES III)

La Escala de Adaptabilidad y Cohesión Familiar (FACES III), desarrollada por David Olson, Joyce Porther y Yoav Lavee en 1982 en la Universidad de Minnesota, se fundamenta en el enfoque sistémico familiar. Su propósito es evaluar la funcionalidad familiar a través de dos dimensiones centrales: cohesión y adaptabilidad.

El instrumento emplea un formato tipo Likert con cinco opciones de respuesta: (1) casi nunca, (2) una que otra vez, (3) a veces, (4) con frecuencia y (5) casi siempre. Está diseñado para ser administrado de manera individual o colectiva a partir de los 12 años de edad. La escala consta de 40 ítems, distribuidos equitativamente para medir tanto el funcionamiento familiar real como el ideal (20 ítems para cada dimensión).

En la Escala FACES III, los ítems impares están destinados a evaluar la dimensión de cohesión familiar, mientras que los ítems pares corresponden a la dimensión de adaptabilidad. Para la interpretación, se recomienda calcular por separado los puntajes de cada dimensión y contrastarlos con los baremos establecidos, con el fin de determinar el tipo de cohesión y adaptabilidad presentes en la familia evaluada.

En cuanto a la cohesión familiar, se identifican cuatro niveles según el rango de puntuación obtenido: Desligada: 10–31 puntos, separada: 32–37 puntos, conectada: 38–43 puntos, aglutinada: 44–50 puntos. Respecto a la adaptabilidad familiar, los niveles se distribuyen de la siguiente manera: Rígida: 10–19 puntos, estructurada: 20–24 puntos, flexible: 25–29 puntos y caótica: 30–50 puntos. Una vez identificados los niveles de cohesión y adaptabilidad, se procede a clasificar el tipo de funcionalidad familiar en una de tres categorías: balanceada, de rango medio o disfuncional, según la combinación de los puntajes obtenidos en ambas dimensiones.

**3.5.2.1. Adaptación al contexto peruano.** Bazo-Álvarez et al. (2018) llevaron a cabo un proceso de validación de contenido mediante la evaluación de siete jueces expertos, con experiencia en los ámbitos educativo y clínico. A través del análisis estructural del instrumento, se obtuvo un coeficiente V de Aiken superior a .70, lo que respalda la validez de contenido de la escala utilizada.

Por otro lado, Lizárraga (2020) aplicó el análisis de correlación ítem–test como parte del estudio de confiabilidad del instrumento. Los resultados revelaron una correlación

promedio de .511, con un valor mínimo de .277 para el ítem 10 y un valor máximo de .658 para el ítem 17. Estos hallazgos confirman que los ítems presentan una adecuada relación con el constructo de funcionalidad familiar, evidenciando coherencia interna en la medición.

**3.5.2.2. Validez y Confiabilidad.** Se aplicó el análisis de consistencia interna utilizando el coeficiente alfa de Cronbach, obteniéndose un nivel de confiabilidad de .83 para la dimensión de cohesión y de .80 para la dimensión de adaptabilidad. Estos resultados evidencian que ambas dimensiones presentan una alta confiabilidad, lo que respalda la solidez interna del instrumento.

**3.5.2.3. Índice de homogeneidad y alfa de Cronbach en la muestra de estudio.** Para la presente investigación se presenta el índice de homogeneidad corregido correspondiente a cada ítem de la Escala de Cohesión y Adaptabilidad (FACES III). Los ítems de numeración impar se asocian con la dimensión de cohesión, mientras que los ítems pares se vinculan con la dimensión de adaptabilidad.

Se muestra el Índice de homogeneidad en la Tabla 6, por lo cual se obtuvo que el ítem 20 muestra una correlación mínima de .262 y el ítem 17 una correlación máxima de .767. De acuerdo con Gómez et al., (2018) señala que la interpretación del Índice de homogeneidad, toma valores referenciales mayores a .20 y aquellos ítems que presenten un valor menor son eliminados. Por consiguiente, confirma que los ítems se encuentran relacionados con el contexto de funcionabilidad familiar.

**Tabla 6**

*Índice de homogeneidad de los Ítems del FACES III*

<i>Dimensión</i>	<i>Ítem</i>	<i>Correlación ítem-test</i>
	1	.616
	3	.486
	5	.327
	7	.602

	9	.733
<b>Cohesión</b>	11	.705
	13	.729
	15	.440
	17	.572
	19	.691
<hr/>		
	2	.694
	4	.515
	6	.341
<b>Adaptabilidad</b>	8	.497
	10	.597
	12	<b>.767</b>
	14	.267
	16	.559
	18	.367
	20	<b>.262</b>
<hr/>		

En la Tabla 7, se observa el análisis de confiabilidad basado en la consistencia interna. Utilizando el coeficiente alfa de Cronbach en la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar, obteniendo el índice de fiabilidad de  $\alpha = .901$  en los 20 ítems, por lo que existe una confiabilidad en la muestra.

### **Tabla 7**

*Análisis de confiabilidad en la Escala de Cohesión y Adaptabilidad Familiar*

<i>Variable</i>	<i>N de elementos</i>	<i>Alfa de Cronbach</i>
Escala total	20	.901
Cohesión	10	.871
Adaptabilidad	10	.804

### **3.6. Procedimientos**

En una etapa inicial, se recopiló información relevante acerca de la relación entre las variables de estudio y los instrumentos seleccionados para su medición. A continuación, se procedió a la elaboración de los consentimientos informados y a la presentación formal del proyecto de investigación ante la directora de la Institución Educativa, a quien se le expuso de manera detallada el propósito del estudio.

Una vez gestionado y aprobado el permiso institucional, se procedió a distribuir los consentimientos informados entre los padres o tutores legales de los adolescentes participantes, con el fin de obtener su autorización para la aplicación de los instrumentos de evaluación. Tras la recepción de las autorizaciones debidamente firmadas, se realizó la administración de las pruebas correspondientes conforme a los protocolos establecidos.

Para garantizar una evaluación adecuada, se siguió el siguiente protocolo: en primer lugar, se brindó a los estudiantes una explicación verbal sobre el propósito del estudio, destacando su carácter voluntario y asegurando la confidencialidad de la información recopilada. A continuación, se distribuyeron los cuadernillos individuales junto con un lapicero, con el fin de que cada participante pudiera firmar el asentimiento informado, registrar sus datos personales y completar ambas escalas de evaluación.

Una vez finalizado el proceso de llenado, se procedió a retirar el material y se agradeció a los estudiantes por su participación voluntaria en el estudio.

### **3.7. Análisis de datos**

Los datos obtenidos en esta investigación, de enfoque cuantitativo, diseño correlacional y corte transversal, fueron procesados y analizados mediante el software estadístico SPSS, versión 25, en la Universidad Nacional Federico Villarreal. Para evaluar la distribución de los datos, se aplicó la prueba de Kolmogórov-Smirnov, con el fin de determinar la normalidad en la muestra.

Dado que se trata de un análisis inferencial orientado a establecer relaciones entre las dimensiones de las variables estudiadas, se empleó el coeficiente de correlación de Spearman. Este análisis se realizó considerando un nivel de significancia menor a 0.05 y un intervalo de confianza del 95%.

La muestra estuvo conformada por 197 participantes, y la prueba de Kolmogórov-Smirnov permitió verificar la adecuación de los datos para el contraste de hipótesis.

### **3.8. Consideraciones éticas**

De acuerdo con los lineamientos establecidos por la Asociación Americana de Psicología (APA, 2010), se brindará información clara sobre los objetivos del estudio, garantizando el anonimato de los participantes. Asimismo, se orientará adecuadamente a la población involucrada y se solicitará el consentimiento informado correspondiente.

En concordancia con las disposiciones éticas de la Universidad Nacional Federico Villarreal (2018), se procurará cumplir rigurosamente con los principios fundamentales de confidencialidad, privacidad y, especialmente, el respeto por la identidad y dignidad de los participantes, asegurando una ejecución ética y responsable del estudio.

Se garantizó que toda la información proporcionada por los participantes sea tratada de manera confidencial. Los datos obtenidos durante el proceso de recolección se utilizaron exclusivamente con fines académicos y de investigación. Los resultados del estudio se presentaron de manera anónima, sin revelar la identidad de los participantes, para asegurar su privacidad en todo momento. Se ha diseñado la investigación para asegurar que no exista ningún riesgo o daño para los participantes. El estudio no contempla la aplicación de procedimientos invasivos ni representa riesgo alguno para la integridad física o emocional de los estudiantes. Asimismo, se garantiza que la participación es totalmente voluntaria, permitiendo a los adolescentes retirarse del proceso en cualquier momento, sin que ello implique repercusiones en su vínculo con la institución educativa ni en su bienestar personal.

A los padres o tutores de los adolescentes se les ha proporcionado un consentimiento informado (ver anexo C) en el cual se detalla el propósito de la investigación, el procedimiento a seguir y los derechos de los participantes. Este documento asegura que los padres o tutores comprendan completamente los aspectos de la investigación y autoricen de manera libre y voluntaria la participación de sus hijos en el estudio. Asimismo, se ha obtenido el asentimiento informado (ver anexo D) de los adolescentes, lo cual les permite decidir si desean o no participar en el estudio. Este documento asegura que los adolescentes comprendan el propósito del estudio y sus derechos, respetando su autonomía y consentimiento previo. El asentimiento es voluntario, y se les da el derecho a desistir de la participación en cualquier momento sin repercusiones negativas.

## IV. RESULTADOS

### 4.1. Resultados descriptivos

#### 4.1.1. Funcionamiento familiar

En la Tabla 8, se observa los niveles de funcionamiento familiar de los adolescentes encuestados. El 71.1 % de los participantes percibe niveles medio en el funcionamiento familiar, indicando a una tendencia de disfuncionalidad en el sistema familiar. Asimismo, es importante señalar que el 10.7 % de los participantes predomina niveles bajo de funcionalidad en el sistema familiar.

**Tabla 8**

*Niveles de funcionamiento familiar*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	21	10.7
Medio	140	71.1
Alto	36	18.2

Por otro lado, se estableció valoraciones de las dimensiones del funcionamiento familiar, tanto en la cohesión como en la adaptabilidad, respectivamente. En la Tabla 9 se presentan los diferentes tipos de cohesión familiar según las percepciones de los adolescentes encuestados.

**Tabla 9**

*Tipos de cohesión familiar*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Agglutinada	15	7.6
Conectada	72	36.5
Desligada	62	31.5
Separada	48	24.4

Un 36.5% de los adolescentes identifica un sistema familiar con cohesión de tipo conectada, lo que refleja una característica funcional positiva. Sin embargo, el 63.5% restante percibe una cohesión familiar no funcional, siendo la cohesión desligada la más predominante con un 31.5%, la cual se distingue por una escasa o nula vinculación afectiva entre los miembros.

En la Tabla 10 se presentan los tipos de adaptabilidad familiar según las percepciones de los adolescentes encuestados. Un 53.3% de los adolescentes considera que su sistema familiar tiene una adaptabilidad de tipo estructurada y flexible, lo que refleja un aspecto funcional positivo. Sin embargo, el 46.7% restante está expuesto a un sistema familiar con adaptabilidad de tipo caótica y rígida, lo cual representa un aspecto disfuncional. Dentro de este grupo, destaca el tipo caótica con un 36.0%, caracterizado por la presencia de roles, reglas y normas difusas establecidas por los padres.

**Tabla 10**

*Tipos de adaptabilidad familiar*

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Caótica	71	36.0
Estructurada	53	26.9
Flexible	52	26.4
Rígida	21	10.7

**4.1.2. Regulación emocional**

También se estableció las valoraciones de las dimensiones en la regulación emocional, tanto en reevaluación cognitiva como en supresión emocional, respectivamente. En la Tabla 11 se detallan los niveles de reevaluación cognitiva en los adolescentes encuestados. El 42.6% de los adolescentes presenta niveles medios en reevaluación cognitiva, lo que indica una tendencia

negativa en las estrategias de regulación emocional. Asimismo, el 22.4% muestra niveles bajos en reevaluación cognitiva, lo cual refleja dificultades en el uso de estrategias de regulación emocional en distintas situaciones.

**Tabla 11**

*Niveles de la reevaluación cognitiva*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	69	35.0
Medio	84	42.6
Bajo	44	22.4

En la Tabla 12 se ilustran los niveles de supresión emocional en los adolescentes encuestados. El 52.3% de los adolescentes presenta niveles altos en supresión emocional, lo que indica el uso de una estrategia negativa al inhibir o reducir la expresión emocional ante una respuesta emocional. Por otro lado, el 19.3% muestra niveles bajos en supresión emocional, lo que refleja un mejor manejo de la expresión emocional.

**Tabla 12**

*Niveles de supresión emocional*

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
Alto	103	52.3
Medio	56	28.4
Bajo	38	19.3

## 4.2. Resultados inferenciales

### 4.3.1. Prueba de normalidad

En la Tabla 13, se muestra el análisis de normalidad de las variables obtenidos mediante la prueba estadística Kolmogórov-Smirnov, lo cual se encontró que el p-valor de las variables es menor a 0.05, donde la variable funcionamiento familiar es 0,000 y la variable regulación

emocional es de 0.000, lo cual evidencia que los datos no se ajustan a una distribución normal. En consecuencia, se optó por usar la prueba no paramétrica (*Rho Spearman*), para evaluar el grado de magnitud de correlación.

**Tabla 13**

*Análisis de normalidad para las variables*

Variables	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl.	Sig.
Funcionamiento familiar	,125	197	.000
Regulación emocional	,139	197	.000

*Nota.* K-S = Kolmogorov-Smirnov; *gl* = Grados de libertad; *Sig.* = Significancia

#### 4.3.1. *Análisis de correlación de las variables*

Se muestra el análisis de relación entre la variable funcionamiento familiar y regulación emocional en la Tabla 14. Los resultados mostraron que entre ambas variables existe una relación directa, estáticamente significativa y magnitud débil ( $p < .003$ ;  $rho = .210$ ). Por consiguiente, se puede corroborar la relación de las variables, concluyendo que mayor nivel de funcionamiento familiar mayor será el nivel de regulación emocional, como también de manera inversa en los adolescentes de una institución educativa pública de Lima metropolitana.

**Tabla 14**

*Análisis de correlación*

Variables	<i>rho</i>	<i>p</i>
Regulación emocional - Funcionamiento familiar	.210	.003

*Nota.* *rho* = Correlación de Spearman, *p* = significancia.

#### 4.3.2. *Análisis de correlación entre las dimensiones*

En la Tabla 15 se presenta la relación entre la dimensión de cohesión y la reevaluación cognitiva. Los resultados revelaron una relación directa, estadísticamente significativa y de

magnitud moderada ( $p < 0.001$ ;  $\rho = .484$ ), lo que implica que, a mayor cohesión familiar, mayor será la reevaluación cognitiva, así como una relación inversa entre ambas dimensiones.

**Tabla 15**

*Análisis de correlación entre la dimensión cohesión y reevaluación cognitiva*

Variables	$\rho$	$p$
Cohesión- Reevaluación cognitiva	.484	.001

*Nota.*  $\rho$ = Correlación de Spearman,  $p$ = significancia.

Se muestra en la Tabla 16 la relación entre la dimensión de cohesión y la supresión emocional. Los resultados evidenciaron una relación negativa, estadísticamente significativa y de magnitud débil ( $p < 0.001$ ;  $\rho = -.356$ ), lo que sugiere que, a mayor cohesión familiar, menor será la supresión emocional, mostrando una relación inversa entre las dimensiones.

**Tabla 16**

*Análisis de correlación entre la dimensión cohesión y supresión emocional*

Variables	$\rho$	$p$
Cohesión-Supresión emocional	-.356	.001

*Nota.*  $\rho$ = Correlación de Spearman,  $p$ = significancia.

Se presenta la relación entre la dimensión de adaptabilidad y la reevaluación cognitiva en la Tabla 17. Los resultados mostraron una relación positiva, estadísticamente significativa y de magnitud moderada ( $p < 0.001$ ;  $\rho = .544$ ), lo que implica que, a mayor adaptabilidad familiar, mayor será la reevaluación cognitiva, reflejando también una relación inversa entre las dos dimensiones.

**Tabla 17**

*Análisis de correlación entre la dimensión adaptabilidad y reevaluación cognitiva*

Variables	$\rho$	$p$
Adaptabilidad- Reevaluación cognitiva	.544	.001

*Nota.*  $\rho$ = Correlación de Spearman,  $p$ = significancia.

Se muestra la relación entre la dimensión cohesión y supresión emocional en la Tabla 18. Los resultados mostraron una relación indirecta, estadísticamente significativa y de magnitud moderada ( $p < 0.001$ ;  $\rho = -.512$ ), lo cual significa que a mayor adaptabilidad familiar menor será la supresión emocional, como también de manera inversa entre las dimensiones.

**Tabla 18**

*Análisis de correlación entre la dimensión adaptabilidad y supresión emocional*

Variables	$\rho$	$p$
Adaptabilidad- Supresión emocional	-.512	.001

*Nota.*  $\rho$ = Correlación de Spearman,  $p$ = significancia.

## V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El presente estudio tuvo como propósito analizar la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Para ello, se establecieron objetivos tanto descriptivos como inferenciales, orientados a conocer, explicar y analizar la asociación entre ambas variables dentro de un contexto específico.

El objetivo principal fue determinar si existía una relación significativa entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional en la población adolescente evaluada. Los resultados obtenidos revelaron una correlación directa, estadísticamente significativa y de magnitud débil entre ambas variables ( $p < .003$ ;  $\rho = .210$ ). En consecuencia, se acepta la hipótesis alterna, la cual sostiene que existe una relación significativa entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional: a mayor nivel de funcionalidad familiar, mayor será la capacidad de regulación emocional en los adolescentes, y viceversa.

Estos hallazgos son coherentes con estudios previos, pero presentan diferencias en la magnitud de la relación. Por ejemplo, Yun et al. (2021) en China encontraron una correlación positiva significativamente más alta entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional ( $r = .420$ ,  $p < .001$ ). Esta diferencia podría explicarse por factores culturales y familiares propios de la sociedad china, donde la estructura familiar tiende a ser más jerárquica y colectivista, lo que podría influir en la forma en que los adolescentes regulan sus emociones en función del ambiente familiar. Además, en dicho estudio se utilizaron modelos de ecuaciones estructurales (SEM), que permiten analizar relaciones más complejas entre variables y considerar efectos indirectos, lo que podría explicar por qué la correlación obtenida fue más alta.

Asimismo, los hallazgos del estudio de Raposo & Francisco (2022) en Portugal, donde se encontró que la cohesión y el soporte familiar correlacionan negativamente con la

desregulación emocional ( $r=-.262$ ,  $p<.001$ ), por lo cual refuerzan la noción de que la funcionalidad familiar juega un papel clave en el ajuste emocional de los adolescentes. Sin embargo, el presente estudio no abordó directamente la desregulación emocional, sino la regulación adaptativa, lo que podría explicar la diferencia en la magnitud de la correlación. Además, el estudio portugués incluyó el bienestar psicológico como variable mediadora, lo que sugiere que en futuras investigaciones sería pertinente evaluar si el bienestar actúa como un factor intermedio en la relación entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional.

A nivel nacional, los resultados son comparables con los hallazgos de Quilca-Salvatierra & Tito-Palante (2023) en Huancayo, quienes encontraron una relación negativa y moderada ( $Rho = -.400$ ,  $p = .000$ ) entre el funcionamiento familiar y las dificultades en la regulación emocional. La discrepancia en la dirección de la relación observada podría atribuirse a que dicho estudio utilizó la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS), la cual mide aspectos problemáticos de la regulación emocional, mientras que el presente estudio empleó el ERQ, que evalúa estrategias específicas de regulación. Esto sugiere que la manera en que se conceptualiza la regulación emocional (desde un enfoque adaptativo o disfuncional) puede influir en la fuerza y dirección de la relación encontrada.

Miranda-Ibarra (2024) en Chimbote encontró una correlación negativa entre la disfuncionalidad familiar y la reevaluación cognitiva ( $r=-.260$ ,  $p=.001$ ), así como una correlación baja o nula entre la disfuncionalidad familiar y la supresión emocional ( $r=-.02$ ,  $p=.145$ ). Esto refuerza el hallazgo de que un entorno familiar disfuncional dificulta el uso de estrategias cognitivas adaptativas, aunque el presente estudio se centró en la funcionalidad familiar general sin considerar un análisis específico de disfuncionalidad.

Finalmente, los resultados obtenidos también pueden analizarse desde un enfoque teórico. Desde la perspectiva del Modelo Circumplejo de Olson (1989), un adecuado funcionamiento familiar se caracteriza por niveles óptimos de cohesión y adaptabilidad, lo que

proporciona a los adolescentes un entorno seguro para el desarrollo de estrategias de regulación emocional. En este sentido, la relación observada en este estudio, aunque débil, respalda la idea de que un ambiente familiar funcional puede facilitar el aprendizaje de estrategias de regulación emocional adaptativas. Por otro lado, el Modelo Modal de Gross (2007) sugiere que la regulación emocional es un proceso dinámico influenciado por el contexto en el que se desarrolla el individuo. En este caso, los resultados sugieren que, si bien la funcionalidad familiar es un factor influyente, probablemente no es el único que determina el desarrollo de habilidades de regulación emocional, lo que podría explicar la baja magnitud de la correlación observada.

A partir de estos hallazgos, se puede inferir que, si bien la funcionalidad familiar influye en la regulación emocional, su efecto no es tan determinante como en otros estudios. Esto podría deberse a otros factores contextuales, como el entorno escolar, la influencia de pares o experiencias individuales que también juegan un papel crucial en la forma en que los adolescentes regulan sus emociones. Además, el diseño transversal del estudio impide evaluar si la relación entre ambas variables cambia a lo largo del tiempo, lo que sugiere la necesidad de realizar estudios longitudinales que permitan comprender mejor la dinámica entre estas variables.

Otro aspecto importante a considerar es el tipo de población estudiada. Mientras que algunos antecedentes incluyeron muestras de instituciones privadas o diversos entornos socioeconómicos, el presente estudio se limitó a una institución pública de Lima Metropolitana, lo que podría haber influido en la relación encontrada.

El primer objetivo específico del estudio de la investigación fue describir la funcionalidad familiar en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Los resultados mostraron que el 71.1 % de los participantes percibe niveles medio en el funcionamiento familiar. Los resultados obtenidos en este estudio encuentran eco

en los hallazgos de Shafiq et al. (2023), quienes reportaron que la funcionalidad familiar en una muestra de 621 adolescentes en Pakistán tuvo una media de 130.17, dentro de un rango de puntuaciones similares a la percepción media de la funcionalidad familiar encontrada en el presente estudio. Sin embargo, Shafiq et al. no profundizaron en el nivel específico de funcionalidad (como niveles bajos, medios o altos), sino que usaron medias descriptivas para abordar la funcionalidad familiar y su relación con la regulación emocional. A pesar de las diferencias en el diseño y los instrumentos, los resultados descriptivos son bastante alineados, lo que refuerza la idea de que, en muchos contextos, la mayoría de los adolescentes perciben su ambiente familiar de manera intermedia, sin percepciones extremadamente disfuncionales ni altamente funcionales. En un estudio más cercano en el contexto latinoamericano, Lara-Machado y Tobar (2023) encontraron que, entre adolescentes de Ecuador, la funcionalidad familiar se distribuyó mayormente entre niveles medios, coincidiendo también con los hallazgos del presente estudio. La percepción de funcionamiento familiar intermedio parece ser una característica común entre los adolescentes, independientemente del contexto cultural, lo que subraya la importancia del ambiente familiar en el desarrollo de la regulación emocional.

El segundo objetivo específico del estudio de la investigación fue describir la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Se encontró que los resultados mostraron que los puntajes obtenidos tienen una media de 43.6. Este hallazgo sugiere que, aunque los adolescentes pueden emplear estrategias para regular sus emociones, estas no siempre son totalmente efectivas o consistentes, lo que podría reflejar un proceso de aprendizaje emocional en curso durante la adolescencia.

Al contrastar los resultados obtenidos con los antecedentes, se observan algunas similitudes y diferencias en los niveles de regulación emocional reportados. En el estudio de Shafiq et al. (2023) en Pakistán, los resultados mostraron una media de 15.09 para la regulación emocional, lo que también indica niveles moderados de regulación. Sin embargo, debido a las

diferencias en las escalas utilizadas y la muestra de edad (adolescentes de entre 17 y 21 años), la interpretación de estos resultados podría variar. Estos resultados son consistentes con el nivel moderado de regulación emocional encontrado en este estudio, aunque los valores absolutos son diferentes debido a las metodologías y contextos distintos. En el estudio de Yun et al. (2021) en China, se encontró una media de 4.49 para la funcionalidad familiar, y aunque no se reportó una media exacta para la regulación emocional, los resultados mostraron una relación positiva significativa entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional ( $r = .420, p < .001$ ). En el contexto nacional, el estudio de Quilca-Salvatierra & Tito-Palante (2023) en Huancayo reportó que 50.1% de los adolescentes mostraron niveles medios de regulación emocional. Esta cifra es consistente con los resultados obtenidos en el presente estudio, lo que refuerza la idea de que, en muchas regiones, los adolescentes perciben su capacidad para regular las emociones de manera moderada.

El tercer objetivo específico del estudio de la investigación fue analizar la relación entre la cohesión y la reevaluación cognitiva en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Los resultados mostraron que entre ambas variables existe una relación directa, estáticamente significativa y magnitud moderada ( $p < .001; rho = .484$ ). Por consiguiente, se acepta la hipótesis alterna la cual menciona que existe relación significativa entre las variables, es decir que mayor nivel de cohesión mayor será el nivel de reevaluación cognitiva y viceversa.

Este hallazgo es coherente con investigaciones previas que han observado que la cohesión familiar juega un papel importante en el desarrollo de habilidades emocionales y cognitivas, aunque la relación no siempre sea muy fuerte. Por ejemplo, el estudio realizado por Lara-Machado y Tobar (2023) en Ecuador encontró que la cohesión familiar tiene una correlación positiva con la reevaluación cognitiva ( $rho = .214$ ) en adolescentes, aunque la relación en su caso fue más débil. Los resultados de su estudio también indican que un mayor

funcionamiento familiar está asociado con una mejor capacidad de los adolescentes para regular sus emociones mediante la reevaluación cognitiva. Aunque la magnitud de la correlación observada en este estudio ecuatoriano fue menor, la tendencia es similar a la encontrada en el presente estudio, lo que refuerza la idea de que la cohesión familiar tiene un impacto positivo, pero no absoluto, sobre las habilidades de regulación emocional.

El Modelo Circumplejo de Olson (1989) también resulta útil para comprender la relación entre cohesión familiar y reevaluación cognitiva. Este modelo propone que las familias con alta cohesión proporcionan un entorno emocionalmente estable, que permite a los adolescentes desarrollar una mayor capacidad de adaptación emocional. De acuerdo con este modelo, los adolescentes que experimentan alta cohesión familiar tienen más probabilidades de desarrollar estrategias emocionales adaptativas como la reevaluación cognitiva, lo que puede explicar la relación positiva encontrada en este estudio. Estos hallazgos son consistentes con la literatura existente, que sugiere que un entorno familiar cohesivo favorece el uso de estrategias cognitivas adaptativas, como la reevaluación cognitiva, para manejar las emociones.

El cuarto objetivo específico del estudio de la investigación fue analizar la relación entre la cohesión y la supresión emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Los resultados mostraron que entre ambas variables existe una relación indirecta, estáticamente significativa y magnitud moderada ( $p < .001$ ;  $\rho = -.356$ ). Por consiguiente, se acepta la hipótesis alterna la cual menciona que existe relación significativa entre las variables, es decir que mayor nivel de cohesión menor será el nivel de supresión emocional y viceversa. En otras palabras, una mayor cohesión familiar podría facilitar la expresión emocional, reduciendo la necesidad de los adolescentes de suprimir sus emociones en situaciones cotidianas.

Estos hallazgos son coherentes con la literatura previa, que ha documentado que la cohesión familiar juega un papel clave en la forma en que los adolescentes regulan sus

emociones. Por ejemplo, el estudio de Lara-Machado y Tobar (2023) en Ecuador encontró una correlación negativa entre la cohesión familiar y la supresión emocional, lo que indica que los adolescentes que perciben mayor cohesión familiar tienden a utilizar menos la estrategia de supresión emocional. Aunque la magnitud de la correlación en dicho estudio fue menor que en el presente estudio, los resultados siguen la misma tendencia, lo que refuerza la idea de que la cohesión familiar reduce la necesidad de reprimir las emociones.

Desde una perspectiva teórica, los resultados pueden explicarse a través del Modelo Modal de Gross (2007), que postula que la supresión emocional es una estrategia de regulación emocional tardía, en la cual los individuos inhiben la expresión de sus emociones sin modificar la experiencia emocional interna. Este modelo sugiere que las personas que no cuentan con un entorno seguro para expresar sus emociones son más propensas a usar la supresión emocional como una estrategia de afrontamiento. En este sentido, la cohesión familiar puede proporcionar un entorno en el cual los adolescentes se sientan cómodos expresando sus emociones, reduciendo así la necesidad de reprimirlas.

El quinto objetivo específico del estudio de la investigación fue analizar la relación entre la adaptabilidad y la reevaluación cognitiva en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Los resultados mostraron que entre ambas variables existe una relación directa, estáticamente significativa y magnitud moderada ( $p < .001$ ;  $rho = .544$ ). Por consiguiente, se acepta la hipótesis alterna la cual menciona que existe relación significativa entre las variables, es decir que mayor nivel de adaptabilidad, mayor será el nivel de reevaluación cognitiva y viceversa.

Estos hallazgos son coherentes con investigaciones previas que han resaltado la importancia de la adaptabilidad familiar en el desarrollo de estrategias de regulación emocional más funcionales y adaptativas. Por ejemplo, el estudio de Orozco-Vargas et al. (2022) en México encontró que la flexibilidad familiar se relacionó de manera positiva con la aceptación

emocional ( $r = .330, p < .001$ ) y la reevaluación cognitiva ( $r = .250, p < .001$ ), lo que refuerza la idea de que familias más adaptables fomentan una regulación emocional más efectiva. Si bien la magnitud de la relación en su estudio fue menor que la obtenida en el presente estudio ( $\rho = .544, rho = .544$ ), ambos hallazgos van en la misma dirección y sugieren que la adaptabilidad familiar es un predictor clave del uso de estrategias cognitivas en la regulación emocional.

De manera similar, Lara-Machado y Tobar (2023) en Ecuador encontraron una correlación positiva entre la reevaluación cognitiva y la funcionalidad familiar ( $\rho = .214, rho = .214$ ), lo que respalda la noción de que un entorno familiar funcional y flexible favorece el desarrollo de estrategias cognitivas de regulación emocional. Sin embargo, su estudio no evaluó específicamente la adaptabilidad familiar, sino el funcionamiento familiar en términos generales. A pesar de ello, sus hallazgos se alinean con los del presente estudio, pues refuerzan la idea de que una estructura familiar flexible y adaptable permite a los adolescentes desarrollar estrategias más efectivas para gestionar sus emociones.

Por otro lado, en el contexto peruano, el estudio de Ccanto-Romero (2023) en Lima encontró que la adaptabilidad familiar se correlaciona con la inteligencia emocional intrapersonal ( $rho = .605, p = .004$ ), lo que indica que las familias con mayor capacidad de adaptación tienden a fomentar el desarrollo emocional en los adolescentes. Si bien la inteligencia emocional y la reevaluación cognitiva no son exactamente lo mismo, ambos conceptos están estrechamente relacionados, ya que una mayor inteligencia emocional intrapersonal facilita el uso de estrategias cognitivas avanzadas para regular las emociones. Esto respalda los hallazgos del presente estudio, en el sentido de que una familia adaptable fomenta estrategias emocionales más funcionales.

Desde la perspectiva del Modelo Circumplejo de Olson (1989), la adaptabilidad familiar se refiere a la capacidad de una familia para ajustarse a cambios y desafíos,

promoviendo una mayor autonomía emocional en sus miembros. Según este modelo, las familias con una alta adaptabilidad pueden fomentar la autorregulación emocional al brindar a los adolescentes herramientas para enfrentar los cambios de manera más positiva. En este contexto, los resultados del presente estudio confirman que una mayor adaptabilidad familiar está asociada con una mayor capacidad para reinterpretar situaciones emocionales de forma adaptativa. Los adolescentes que perciben que su familia tiene mayor capacidad de adaptación a cambios y desafíos tienden a utilizar con mayor frecuencia la reevaluación cognitiva como una estrategia de regulación emocional. Estos hallazgos son consistentes con estudios previos que han demostrado que una familia adaptable y flexible favorece el desarrollo de estrategias de regulación emocional más efectivas y saludables.

El sexto objetivo específico del estudio de la investigación fue analizar la relación entre la adaptabilidad y la supresión emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Los resultados mostraron que entre ambas variables existe una relación indirecta, estáticamente significativa y magnitud moderada ( $p < .001$ ;  $\rho = -.512$ ). Por consiguiente, se acepta la hipótesis alterna la cual menciona que existe relación significativa entre las variables, es decir que mayor nivel de adaptabilidad, menor será el nivel de supresión emocional y viceversa.

Estos hallazgos son coherentes con estudios previos que han demostrado que un entorno familiar flexible y adaptable fomenta un mejor manejo de las emociones, reduciendo la necesidad de suprimirlas. Por ejemplo, el estudio de Orozco-Vargas et al. (2022) en México encontró que la flexibilidad familiar tenía una relación positiva con la aceptación emocional ( $\rho = .330, p < .001$ ) y negativa con la supresión emocional. Aunque en su estudio la magnitud de la relación fue menor que la encontrada en el presente estudio ( $\rho = -.512, p = -.512$ ), sus hallazgos refuerzan la idea de que una familia adaptable facilita la expresión emocional, disminuyendo la tendencia a reprimir emociones.

De manera similar, Lara-Machado y Tobar (2023) en Ecuador encontraron una correlación negativa entre la funcionalidad familiar y la supresión emocional ( $\rho = -.000$ ,  $rho = -.195$ ), lo que indica que los adolescentes que perciben un entorno familiar más cohesionado y flexible tienden a utilizar menos la estrategia de supresión emocional. Si bien en dicho estudio la correlación fue más débil, ambos estudios refuerzan la idea de que un ambiente familiar funcional y adaptable reduce la supresión emocional.

En el contexto peruano, el estudio de Quilca-Salvatierra & Tito-Palante (2023) en Huancayo encontró que la adaptabilidad familiar tenía una relación negativa con las dificultades en la regulación emocional ( $rho = -.316$ ,  $p = .004$ ). Si bien la regulación emocional y la supresión emocional no son idénticas, una mayor adaptabilidad familiar reduce las dificultades emocionales, lo que puede incluir menos supresión emocional. En este sentido, los resultados del presente estudio refuerzan la idea de que un entorno familiar flexible favorece la expresión emocional y disminuye la tendencia a reprimir emociones.

Desde la perspectiva del Modelo Modal de Gross (2007), la supresión emocional es una estrategia de regulación emocional tardía, en la cual los individuos inhiben la expresión de sus emociones sin modificar su experiencia emocional interna. Este modelo sugiere que las personas que no cuentan con un entorno seguro y flexible para expresar sus emociones son más propensas a usar la supresión emocional como una estrategia de afrontamiento. En este sentido, la adaptabilidad familiar proporciona un ambiente flexible y seguro, en el que los adolescentes pueden expresar sus emociones sin temor a ser juzgados, reduciendo la necesidad de reprimirlas.

Estos hallazgos son consistentes con estudios previos que han demostrado que un entorno familiar adaptable y flexible permite a los adolescentes expresar sus emociones libremente, reduciendo la tendencia a suprimirlas. Sin embargo, dado que la correlación observada es moderada, se sugiere que otros factores (como la presión social, la cultura familiar

sobre la expresión emocional o el contexto escolar) también pueden influir en la supresión emocional.

Existen diversas limitaciones que deben ser tomadas en cuenta al interpretar los resultados obtenidos. En primer lugar, el estudio se basa en un diseño correlacional, lo que permite identificar relaciones entre las variables de funcionalidad familiar y regulación emocional, pero no establece una relación causal entre ellas. Dado que no se calcularon el tamaño del efecto ni se evaluó la influencia directa de una variable sobre la otra, los resultados del estudio no permiten hacer afirmaciones definitivas sobre la magnitud o dirección de la relación entre ambas variables. Además, no se exploraron posibles variables mediadoras o modificadoras que podrían haber influido en la relación, como el estrés parental, las estrategias de afrontamiento o factores individuales de los adolescentes. La ausencia de esta evaluación limita la comprensión completa de las dinámicas subyacentes al fenómeno estudiado.

Un aspecto relevante es la composición de la muestra. Aunque la muestra tiene un tamaño adecuado, la sobrerrepresentación de mujeres (67.5%) y la mayor participación de estudiantes de segundo año de secundaria (26.4%) podrían haber introducido sesgos en los resultados, dado que las experiencias de los adolescentes varones y de los estudiantes en otros niveles de secundaria no están suficientemente reflejadas. Este desequilibrio en la representación por género y nivel educativo podría haber influido en los hallazgos, lo que limita la generalización de los resultados. Para futuras investigaciones, sería recomendable diseñar estrategias que promuevan una participación equilibrada en cuanto a género y nivel educativo, a fin de capturar una diversidad más amplia de experiencias, lo que permitiría un análisis más completo y representativo del fenómeno.

El estudio también presenta limitaciones relacionadas con el diseño transversal adoptado, el cual, aunque práctico y eficiente en términos de recursos, restringe la capacidad para establecer relaciones causales entre las variables. Este diseño solo permite captar una

"fotografía estática" de la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional en un momento dado, sin explorar las posibles dinámicas evolutivas que podrían surgir con el paso del tiempo. Por tanto, una posible extensión de este estudio podría ser un enfoque longitudinal, que permita observar cómo las variables cambian y se desarrollan a lo largo del tiempo, proporcionando así una perspectiva más detallada sobre la evolución de la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional durante la adolescencia.

Otra limitación significativa es que el muestreo fue intencional, lo cual impide generalizar los resultados a una población más amplia. Aunque el muestreo intencional fue adecuado para los objetivos del estudio y permitió centrarse en una muestra de adolescentes de una institución pública en Lima Metropolitana, no se utilizó un muestreo probabilístico aleatorio, lo que limita la representatividad de la muestra a toda la población de adolescentes. En investigaciones futuras, sería beneficioso aplicar un muestreo probabilístico que garantice una muestra más representativa y permita hacer inferencias más robustas sobre la relación entre las variables en una población más diversa.

Finalmente, la encuesta fue administrada de forma virtual, lo cual presenta algunas limitaciones. Si bien la modalidad virtual facilita el acceso y la recolección de datos, también introduce factores que pueden influir en los resultados, como el acceso desigual a la tecnología en los participantes. Esto podría haber excluido a adolescentes con acceso limitado a internet, lo que potencialmente introduce un sesgo en la muestra. Además, el formato virtual puede haber influido en la manera en que los participantes comprendieron o respondieron a las preguntas, lo que podría haber afectado la validez de las respuestas. Para estudios futuros, sería útil combinar el enfoque virtual con métodos presenciales o híbridos, para garantizar una mayor equidad en el acceso y minimizar posibles sesgos en los datos.

Una de las principales fortalezas de este estudio es la relevancia social y científica del tema abordado. El estudio examina la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación

emocional en adolescentes, una problemática de gran importancia dada la etapa crítica que representa la adolescencia para el desarrollo emocional y psicológico. La influencia de la familia en este proceso de regulación emocional tiene implicaciones no solo para la salud mental de los jóvenes, sino también para su bienestar social y académico. Además, el enfoque contextualizado en Lima Metropolitana, un entorno urbano con características socioeconómicas particulares, hace que los hallazgos sean aún más relevantes en el contexto peruano, donde las familias siguen siendo la principal unidad de apoyo emocional.

El marco teórico de la investigación es otra fortaleza clave del estudio. La investigación se fundamenta en teorías consolidadas y relevantes, como el Modelo Circumplejo de Olson para evaluar la funcionalidad familiar y el Modelo Modal de Gross para la regulación emocional. Estos enfoques teóricos proporcionan una base sólida y ampliamente aceptada para comprender la dinámica entre estas variables. Además, el uso de estos modelos teóricos permite integrar conceptos previos y actuales sobre la funcionalidad familiar y la regulación emocional, lo que aporta profundidad y rigor al análisis.

En cuanto a la metodología, el estudio se basa en un diseño cuantitativo, correlacional y no experimental, lo que permite una exploración objetiva de la relación entre las variables sin la necesidad de intervenir directamente en ellas. Este enfoque es adecuado para el tipo de investigación realizada, ya que permite analizar la conexión entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional sin manipular las variables. La elección de un diseño transversal también es apropiada, ya que permite obtener una instantánea precisa de la situación de los adolescentes en un momento determinado. Además, los instrumentos de medición utilizados, como el ERQ y el FACES III, son herramientas validadas en otros estudios previos y replicadas en el contexto peruano. Los instrumentos fueron evaluados mediante el ítem-test y el alfa de Cronbach, lo que garantiza que se cuenta con herramientas confiables y válidas para medir las variables de interés.

Otro aspecto que refuerza la calidad de la investigación es la muestra utilizada. Aunque el muestreo es intencional, la muestra seleccionada es adecuada y pertinente para los objetivos del estudio. La población seleccionada, compuesta por 197 adolescentes de secundaria de una institución pública en Lima Metropolitana, representa una muestra diversa en cuanto a género y nivel de escolaridad. Del total de la muestra, el 67.5% son mujeres y el 32.5% son hombres, con una distribución entre los diferentes grados de secundaria: 1er año (19.3%), 2do año (26.4%), 3er año (14.7%), 4to año (17.8%) y 5to año (21.8%). Este perfil diverso permite obtener una visión amplia sobre las características de los adolescentes en diferentes etapas de su desarrollo académico y proporciona resultados que pueden ser extrapolados a contextos educativos similares.

A pesar de las valiosas contribuciones de este estudio, existen diversas áreas que podrían beneficiarse de una mayor exploración en investigaciones futuras. En primer lugar, sería pertinente ampliar la muestra para incluir adolescentes de diversas regiones del país, así como de diferentes contextos socioeconómicos y culturales. Esto permitiría una visión más amplia y generalizable de cómo el funcionamiento familiar influye en la regulación emocional en adolescentes, considerando las particularidades de diversas poblaciones.

Además, dado que este estudio se centró en una muestra transversal, una investigación longitudinal podría ser una extensión interesante. Este enfoque permitiría observar la evolución de la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional a lo largo del tiempo, proporcionando una perspectiva más dinámica sobre cómo las variables cambian a medida que los adolescentes maduran. En particular, sería relevante investigar cómo los niveles de funcionalidad familiar y regulación emocional de los mismos estudiantes pueden mejorar o cambiar con el tiempo a medida que envejecen. Esto permitiría entender mejor si, con el paso de los años y la adquisición de nuevas habilidades emocionales y sociales, los adolescentes logran una mejora en la gestión de sus emociones y en la dinámica familiar.

Otro aspecto importante sería explorar los factores predictivos que contribuyen a este cambio y mejora. Futuros estudios podrían identificar qué aspectos específicos del funcionamiento familiar o de las experiencias emocionales previas de los adolescentes son más determinantes en su capacidad para mejorar la regulación emocional con el tiempo. Se podría investigar, por ejemplo, si los adolescentes de familias con mayor cohesión y adaptabilidad tienen una probabilidad más alta de desarrollar mejores estrategias de regulación emocional a medida que crecen. Este enfoque podría llevar a un entendimiento más profundo de cómo las intervenciones tempranas y las experiencias familiares a lo largo de la adolescencia influyen en la evolución de la regulación emocional.

Asimismo, futuros estudios podrían adoptar un enfoque explicativo y predictivo mediante el uso de modelos longitudinales y estadísticos avanzados, como los modelos de regresión múltiples, para predecir los cambios en los niveles de funcionalidad familiar y regulación emocional a medida que los adolescentes avanzan en su desarrollo. Estos modelos permitirían identificar los factores clave que pueden favorecer la mejora en estos aspectos con el paso del tiempo, lo que abriría la puerta a la creación de programas de intervención temprana y seguimiento a largo plazo para mejorar la funcionalidad familiar y el bienestar emocional de los adolescentes.

Finalmente, sería relevante realizar comparaciones interculturales para determinar cómo las diferencias culturales influyen en la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional. Esto podría proporcionar una comprensión más profunda de las influencias socioculturales en el desarrollo emocional de los adolescentes y aportar valiosa información para programas de intervención específicos para diferentes contextos.

## VI. CONCLUSIONES

- 6.1 Existe una relación positiva, débil y significativa ( $\rho=,210, p <,05$ ) entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana, es decir que mientras mejor funcionalidad familiar exista también habrá mayor regulación emocional.
- 6.2 Existe una relación positiva, moderada y significativa ( $\rho=,484, p <,05$ ) entre la cohesión y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana es decir que mientras mayor cohesión exista también habrá mayor reevaluación cognitiva.
- 6.3 Existe una relación negativa, moderada y significativa ( $\rho =-,356, p <,05$ ) entre la cohesión y la supresión emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana es decir que mientras mayor cohesión exista, habrá menor supresión emocional.
- 6.4 Existe una relación positiva, moderada y significativa ( $\rho =,544, p <,05$ ) entre la adaptabilidad y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana es decir que mientras mayor adaptabilidad exista también habrá mayor reevaluación cognitiva.
- 6.5 Existe una relación negativa, moderada y significativa ( $\rho =-,512, p <,05$ ) entre la adaptabilidad y la supresión emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana es decir que mientras mayor adaptabilidad exista, habrá menor supresión emocional.

## VII. RECOMENDACIONES

7.1 Se sugiere fortalecer el vínculo familiar mediante programas de apoyo a la familia, que fomenten una comunicación abierta y la resolución de conflictos, lo cual podría mejorar la regulación emocional de los adolescentes. Los programas deben estar enfocados en la promoción de habilidades emocionales tanto a nivel familiar como individual.

7.2 Es recomendable promover actividades que fortalezcan la cohesión familiar y social, como talleres de integración o dinámicas de grupo. Fomentar una comunicación efectiva en el entorno familiar o escolar puede aumentar la capacidad de los adolescentes para reevaluar situaciones de manera cognitiva, favoreciendo su resiliencia y manejo de emociones. Para reducir la supresión emocional, es importante promover la apertura emocional dentro de los entornos familiares y educativos. Programas que fomenten la expresión de emociones de manera saludable y el apoyo en la gestión emocional dentro de las familias y grupos sociales pueden ser efectivos para disminuir esta tendencia.

7.3 Se debe impulsar el desarrollo de la adaptabilidad en los adolescentes, promoviendo su flexibilidad frente a situaciones nuevas o cambiantes. Esto podría lograrse mediante programas de desarrollo personal y emocional que enseñen técnicas de resolución de problemas y estrategias para reevaluar cognitivamente las experiencias estresantes.

7.4 Fomentar la adaptabilidad emocional en los adolescentes puede reducir la tendencia a la supresión emocional. Es recomendable incluir en los programas educativos y familiares ejercicios y estrategias que ayuden a los jóvenes a aceptar y expresar sus emociones de forma sana y efectiva, lo cual puede contribuir a disminuir la supresión emocional.

## VIII. REFERENCIAS

- Aguilera, N. (2024). Funcionalidad familiar y habilidades sociales en adolescentes. *Revista latinoamericana de ciencias y humanidades*, 5(5), 1-10.  
<https://doi.org/10.56712/latam.v5i5.2643>
- Alejos, J. M. (2024). *Funcionamiento familiar y bienestar psicológico en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV.  
<https://hdl.handle.net/20.500.13084/9512>
- Anchirayco, E. A. (2020). *Funcionalidad familiar en adolescentes de primero a quinto de secundaria de la institución educativa David Ausubel de San Juan de Lurigancho* [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional URP.  
<https://hdl.handle.net/20.500.14138/3587>
- Aristi-Espino, E., & Pomares-Jacinto, L. (2022). *Funcionamiento familiar e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa en el Caserío Miramar en la región Piura* [Tesis de Licenciatura, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio Institucional USMP. <https://hdl.handle.net/20.500.12727/10170>
- Berenguer, M., Rodríguez, A. P., Fernández, M. D., & Jacas, I. S. (2017). Determinantes sociales en la salud de la familia cubana. *MEDISAN*, 21(1),1-10.  
[https://medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/680/html\\_1](https://medisan.sld.cu/index.php/san/article/view/680/html_1)
- Bolívar-Ramírez, M., Ríos, S. y Avendaño, B. L. (2022). Regulación emocional en adolescentes: importancia e influencia del contexto. *Apuntes de bioética*, 5(2), 131–145.  
<https://doi.org/apuntes.v5i2.796>
- Buhle, J. T., Silvers, J. A., Wage, T. D., Lopez, R., Onyemekwu, C., Kober, H., Webe, J., & Ochsner, K. N. (2014). Cognitive Reappraisal of Emotion: A Meta-Analysis of Human

Neuroimaging Studies. *Cerebral Cortex*, 24(11), 2981–2990.  
<https://doi.org/10.1093/CERCOR/BHT154>

Buswell, L., Zabriskie, R. B., Lundberg, N., & Hawkins, A. J. (2012). The Relationship Between Father Involvement in Family Leisure and Family Functioning: The Importance of Daily Family Leisure. *Leisure Sciences*, 34(2), 172–190.  
<https://doi.org/10.1080/01490400.2012.652510>

Cameron, L. D., & Overall, N. C. (2018). Suppression and expression as distinct emotion-regulation processes in daily interactions: Longitudinal and meta-analyses. *Emotion*, 18(4), 465–480. <https://doi.org/10.1037/EMO0000334>

Ccanto-Romero, F. (2023). *Funcionalidad familiar e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Puquio, Lucanas, Ayacucho* [Tesis de Licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional UAC.  
<https://hdl.handle.net/20.500.13067/2472>

Chuquizuta, D. Y. y Maldonado, L. N. (2024). *Análisis descriptivo de la funcionalidad familiar en adolescentes de nivel secundario de la ciudad de Chiclayo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12802/14115>

Clark, D. A. (2022). Cognitive Reappraisal. *Cognitive and Behavioral Practice*, 29(3), 564–566.  
<https://doi.org/10.1016/J.CBPRA.2022.02.018>

Contini, N., Mejail, S., Caballero, V., Lacunza, B., & Lucero, G. (2021). Adolescentes, escuela y comportamiento agresivo en tiempos de pandemia. Dinámicas y retos. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 32(63),1-10. <https://doi.org/10.33255/3263/1026>

Cortaza-Ramírez, L., Blanco-Enríquez, F., Alicia Hernández-Cortaza, B., Lugo-Ramírez, L. A., Sustaeta, P. B., Salas, B., De, X., Jorge-Cárdenas, S., De San, X., & Cárdenas, J. (2019). Uso de internet, consumo de alcohol y funcionalidad familiar en adolescentes mexicanos.

*Health and Addictions/Salud y Drogas*, 19(2), 59–69.  
<https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.434>

Crandall, A. A., Ghazarian, S. R., Day, R. D., & Riley, A. W. (2016). Maternal Emotion Regulation and Adolescent Behaviors: The Mediating Role of Family Functioning and Parenting. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(11), 2321–2335.  
<https://doi.org/10.1007/S10964-015-0400-3/METRICS>

Danner, U. N., Sternheim, L., & Evers, C. (2014). The importance of distinguishing between the different eating disorders (sub)types when assessing emotion regulation strategies. *Psychiatry Research*, 215(3), 727–732.  
<https://doi.org/10.1016/J.PSYCHRES.2014.01.005>

Daros, A. R., Haefner, S. A., Asadi, S., Kazi, S., Rodak, T., & Quilty, L. C. (2021). A meta-analysis of emotional regulation outcomes in psychological interventions for youth with depression and anxiety. *Nature Human Behaviour* 2021 5:10, 5(10), 1443–1457.  
<https://doi.org/10.1038/s41562-021-01191-9>

Dingemans, A. E., Martijn, C., Jansen, A. T. M., & van Furth, E. F. (2009). The effect of suppressing negative emotions on eating behavior in binge eating disorder. *Appetite*, 52(1), 51–57. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2008.08.004>

Durán, M. Á. (1988). El análisis económico de la vida familiar. *De Puertas Adentro*, 1(1), 195–251. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4810628>

Eadeh, H. M., Breaux, R., & Nikolas, M. A. (2021). A Meta-Analytic Review of Emotion Regulation Focused Psychosocial Interventions for Adolescents. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 24(4), 684. <https://doi.org/10.1007/S10567-021-00362-4>

Esteves, A. R., Paz Paredes, R., Calcina, C. R. y Yapuchura, C. R. (2020). Habilidades sociales en adolescentes y funcionalidad familiar. *Comuni@cción*, 11(1), 16-27.  
<https://doi.org/10.7440/res64.2018.03>

- Freed, R. D., Rubenstein, L. M., Daryanani, I., Olino, T. M., & Alloy, L. B. (2016). The Relationship between Family Functioning and Adolescent Depressive Symptoms: The Role of Emotional Clarity. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(3), 505. <https://doi.org/10.1007/S10964-016-0429-Y>
- García-Quintero, C. S., & Correa-Ramírez, C. (2022). Conductas y escenarios de riesgo en la adolescencia. Voces de adolescentes y sus padres en la ciudad de Medellín. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 13(2), 559-585. <https://doi.org/10.21501/22161201.3832>
- Goodrum, N. M., Smith, D. W., Hanson, R. F., Moreland, A. D., Saunders, B. E., & Kilpatrick, D. G. (2020). Longitudinal Relations among Adolescent Risk Behavior, Family Cohesion, Violence Exposure, and Mental Health in a National Sample. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 48(11), 1455–1469. <https://doi.org/10.1007/S10802-020-00691-Y/METRICS>
- Gracia, E., Fuentes, M., & García, F. (2018). Perceived neighbourhood violence, parenting styles, and developmental outcomes among Spanish adolescents. *Sostenibilidad*, 10(1), 1–18. <https://doi.org/10.1002/jcop.21512>.
- Gross, J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224–237. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.74.1.224>
- Gross, J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. (2008). Emotion Regulation. In M. Lewis, J. Haviland-Jones, & L. Feldman (Eds.), *Handbook of emotions* (3rd ed., pp. 497–512). The Guildford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2008-07784-031>

- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. T., & Cassidy, J. (2019). Expressive Suppression of Negative Emotions in Children and Adolescents: Theory, Data, and a Guide for Future Research. *Developmental Psychology*, 55(9), 1938–1950. <https://doi.org/10.1037/DEV0000722>
- Gruhn, M. A., & Compas, B. E. (2020). Effects of maltreatment on coping and emotion regulation in childhood and adolescence: A meta-analytic review. *Child Abuse & Neglect*, 103(1), 104446. <https://doi.org/10.1016/J.CHIABU.2020.104446>
- Guerrero-Muñoz, D., Salazar, D., Constain, V., Perez, A., Pineda-Cañar, C. A., & García-Perdomo, H. A. (2021). Association between Family Functionality and Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Korean Journal of Family Medicine*, 42(2), 172. <https://doi.org/10.4082/KJFM.19.0166>
- Hasking, P., Dawkins, J., Gray, N., Wijeratne, P., & Boyes, M. (2020). Indirect Effects of Family Functioning on Non-Suicidal Self-Injury and Risky Drinking: The Roles of Emotion Reactivity and Emotion Regulation. *Journal of Child and Family Studies*, 29(7), 2070–2079. <https://doi.org/10.1007/S10826-020-01722-4/METRICS>
- Hayes, S., Strosahl, K., & Wilson, K. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy. An experimental approach to behavior change* (1st ed.). The Guilford Press. [https://www.academia.edu/82857500/Acceptance\\_and\\_Commitment\\_Therapy\\_An\\_Experiential\\_Approach\\_to\\_Behavior\\_Change](https://www.academia.edu/82857500/Acceptance_and_Commitment_Therapy_An_Experiential_Approach_to_Behavior_Change)
- Herd, T., King-Casas, B., & Kim-Spoon, J. (2020). Developmental Changes in Emotion Regulation during Adolescence: Associations with Socioeconomic Risk and Family Emotional Context. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(7), 1545–1557. <https://doi.org/10.1007/S10964-020-01193-2/METRICS>

- Ho, Y. C. L., Mahirah, D., Ho, C. Z. H., & Thumboo, J. (2022). The role of the family in health promotion: a scoping review of models and mechanisms. *Health Promotion International*, 37(6), 1–14. <https://doi.org/10.1093/HEAPRO/DAAC119>
- Impett, E. A., Kogan, A., English, T., John, O., Oveis, C., Gordon, A. M., & Keltner, D. (2012). Suppression Sours Sacrifice. *Sage Journals*, 38(6), 707–720. <https://doi.org/10.1177/0146167212437249>
- IPSOS. (10 de diciembre del 2021). *El hogar peruano 2021*. <https://www.ipsos.com/es-pe/el-hogar-peruano-2021#:~:text=%C2%BFSab%C3%ADas%20que%20en%20el%20Per%C3%BA,Conoc e%20m%C3%A1s%20en%20esta%20infograf%C3%ADa>.
- López, L. G. y Merino, A. L. (2024). *Regulación emocional en adolescentes de una institución educativa estatal de Chiclayo, año 2024*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/13378>
- Lynch, T. R., Chapman, A. L., Rosenthal, M. Z., Kuo, J. R., & Linehan, M. M. (2006). Mechanisms of change in dialectical behavior therapy: Theoretical and empirical observations. *Journal of Clinical Psychology*, 62(4), 459–480. <https://doi.org/10.1002/JCLP.20243>
- Mauss, Bunge, & Gross. (2007). Automatic Emotion Regulation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 146–167. <https://doi.org/10.1111/J.1751-9004.2007.00005.X>
- McRae, K. (2016). Cognitive emotion regulation: a review of theory and scientific findings. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 10, 119–124. <https://doi.org/10.1016/J.COBEHA.2016.06.004>
- McRae, K., Ciesielski, B., & Gross, J. J. (2012). Unpacking cognitive reappraisal: goals, tactics, and outcomes. *Emotion*, 12(2), 250–255. <https://doi.org/10.1037/A0026351>

- Miller, I. W., Ryan, C. E., Keitner, G. I., Bishop, D. S., & Epstein, N. B. (2000). The McMaster Approach to Families: theory, assessment, treatment and research. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 168–189. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00145>
- Ministerio de Salud [Minsa]. (30 de septiembre del 2021). *Minsa: El 29.6% de adolescentes entre los 12 y 17 años presenta riesgo de padecer algún problema de salud mental o emocional*. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/536664-minsa-el-29-6-de-adolescentes-entre-los-12-y-17-anos-presenta-riesgo-de-padecer-algun-problema-de-salud-mental-o-emocional>
- Moltrecht, B., Deighton, J., Patalay, P., & Edbrooke-Childs, J. (2021). Effectiveness of current psychological interventions to improve emotion regulation in youth: a meta-analysis. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 30(6), 829–848. <https://doi.org/10.1007/S00787-020-01498-4/FIGURES/9>
- Nazar, A., Saivatierra, B., Salazar, S., & Solís, R. (2018). Violencia física contra adolescentes y estructura familiar: magnitudes, expresiones y desigualdades. *Estudios Demográficos y Urbanos*, 33(2), 365–400. <https://doi.org/10.24201/EDU.V33I2.1650>
- Ochoa-Salinas, L. (2021). *Funcionalidad familiar y su relación con la regulación emocional en adolescentes* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio Institucional UCSM. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/10970>
- Olson, D. (1989). Family Assessment and Intervention: *Child & Youth Services*, 11(1), 9–48. [https://doi.org/10.1300/J024V11N01\\_02](https://doi.org/10.1300/J024V11N01_02)
- Olson, D. (1993). Circumplex Model of Marital and Family Systems: Assessing family functioning. In *Normal family processes, 2nd ed.* (pp. 104–137). The Guilford Press.
- Olson, D. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>

- Olson, D. H., Waldvogel, L., & Schlieff, M. (2019). Circumplex Model of Marital and Family Systems: An Update. *Journal of Family Theory & Review*, *11*(2), 199–211. <https://doi.org/10.1111/JFTR.12331>
- Olson, D., Sprenkle, D., & Rusell, S. (1979). Circumplex model of marital and family system: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process*, *18*(1), 3–28. <https://doi.org/10.1111/J.1545-5300.1979.00003.X>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (23 de abril del 2023). *Salud del adolescente*. [https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_2](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_2)
- Organización Mundial de la Salud. (17 de noviembre del 2021). *Salud mental del adolescente*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Organización Mundial de la Salud. (15 de septiembre del 2022). *Embarazo en la adolescencia*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>
- Orozco-Vargas, A. E., Aguilera-Reyes, U., García-López, G. I., & Venebra-Muñoz, A. (2022). Family Functioning and Academic Self-Efficacy: The Mediating Effect of Emotion Regulation. *Revista de Educacion*, *4*(396), 125–147. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2022-396-532>
- Papalia, D., & Martorell, G. (2021). *Desarrollo Humano* (14th ed.). McGraw Hill. <https://es.scribd.com/document/870399212/Desarrollo-Humano-14Ed-Diane-Papalia>
- Pérez, J., Oñederra, J., & Garaigordobil, M. (2021). Family functioning, victimization, and aggressiveness in adolescents. *Frontiers in Psychology*, *12*(2), 45–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.637714>
- Pilco Albán, V. M., & Jaramillo Zambrano, A. E. (2023). Funcionalidad familiar y su relación con la autoestima en adolescentes de la ciudad de Ambato. *SciELO Preprints*. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.5945>

- Pozzi, E., Vijayakumar, N., Rakesh, D., & Whittle, S. (2021). Neural Correlates of Emotion Regulation in Adolescents and Emerging Adults: A Meta-analytic Study. *Biological Psychiatry*, *89*(2), 194–204. <https://doi.org/10.1016/J.BIOPSYCH.2020.08.006>
- Prefit, A. B., Căndea, D. M., & Szentagotai-Tătar, A. (2019). Emotion regulation across eating pathology: A meta-analysis. *Appetite*, *143*(1), 104438. <https://doi.org/10.1016/J.APPET.2019.104438>
- Quilca-Salvatierra, A., & Tito-Palante, A. (2023). *Funcionamiento familiar y dificultades en la regulación emocional en adolescentes de una Institución Educativa de Huancayo-2023* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional UPLA. <https://hdl.handle.net/20.500.12848/7407>
- Raposo, B., & Francisco, R. (2022). Emotional (dys)Regulation and Family Environment in (non)Clinical Adolescents' Internalizing Problems: The Mediating Role of Well-Being. *Frontiers in Psychology*, *13* (1), 703762. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2022.703762/BIBTEX>
- Ricaldi, M. E. (2023). *Funcionamiento familiar y estilos de vida en adolescentes de un Asentamiento Humano de Lima Norte, 2023* [Tesis de maestría, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio Institucional UNW. <https://hdl.handle.net/20.500.13053/9339>
- Robins, C. J., & Rosenthal, M. Z. (2012). Dialectical Behavior Therapy. *Acceptance and Mindfulness in Cognitive Behavior Therapy: Understanding and Applying the New Therapies*, 164–192. <https://doi.org/10.1002/9781118001851.CH7>
- Santa Cruz, H. (2019). *Funcionamiento familiar y estrategias de afrontamiento en adolescentes del Centro Poblado El Milagro distrito de Huanchaco* [Tesis de maestría, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional UPCH. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/8951>

- Schoeps, K., Mónaco, E., Cotolí, A., & Montoya-Castilla, I. (2020). The impact of peer attachment on prosocial behavior, emotional difficulties and conduct problems in adolescence: The mediating role of empathy. *PLOS ONE*, *15*(1), e0227627. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0227627>
- Shafiq, H., Hanif, R., & Shafiq, S. (2023a). Family Functioning and social competence in adolescents: mediating role of emotional regulation. *Pakistan Journal of Social Research*, *5*(2), 905–913. <https://doi.org/10.52567/pjsr.v5i02.1203>
- Shafiq, H., Hanif, R., & Shafiq, S. (2023b). Family Functioning and social competence in adolescents: mediating role of emotional regulation. *Pakistan Journal of Social Research*, *5*(2), 905–913. <https://doi.org/10.52567/pjsr.v5i02.1203>
- Shek, D. T. L., Leung, K. H., Dou, D., & Zhu, X. (2022). Family Functioning and Adolescent Delinquency in Mainland China: Positive Youth Development Attributes as a Mediator. *Frontiers in Psychiatry*, *13*(1), 883439. <https://doi.org/10.3389/FPSYT.2022.883439/BIBTEX>
- Smith, K. E., Mason, T. B., Anderson, N. L., & Lavender, J. M. (2019). Unpacking cognitive emotion regulation in eating disorder psychopathology: The differential relationships between rumination, thought suppression, and eating disorder symptoms among men and women. *Eating Behaviors*, *32*(1), 95–100. <https://doi.org/10.1016/J.EATBEH.2019.01.003>
- Sun, J., Liu, Q., & Yu, S. (2019). Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style. *Computers in Human Behavior*, *90*(1), 74–83. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2018.08.032>

- Thompson, R. (1994). Emotion Regulation: a theme in search of definition. In N. Fox (Ed.), *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59 (1), 25–52. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01276.x>
- Thompson, R. A., Lewis, M. D., & Calkins, S. D. (2008). Reassessing emotion regulation. *Child Development Perspectives*, 2(3), 124–131. <https://doi.org/10.1111/J.1750-8606.2008.00054.X>
- Torres-Velázquez, L., Silva, P., Garduño, A., & Luna, A. (2008). Dinámica familiar en familias con hijos e hijas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2),1-10. <https://www.redalyc.org/pdf/802/80212387003.pdf>
- Troy, A. S., Shallcross, A. J., Brunner, A., Friedman, R., & Jones, M. C. (2018). Cognitive reappraisal and acceptance: Effects on emotion, physiology, and perceived cognitive costs. *Emotion*, 18(1), 58–74. <https://doi.org/10.1037/EMO0000371>
- UNICEF. (9 de junio del 2023). *Salud mental en la adolescencia y la juventud: qué saber*. <https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/salud-mental-en-la-adolescencia-y-la-juventud-qu%C3%A9-saber>
- Ye, Y., Li, Y., Jin, S., Huang, J., Ma, R., Wang, X., & Zhou, X. (2023). Family Function and Post-Traumatic Stress Disorder in Children and Adolescents: A Meta-Analysis. *Trauma, Violence & Abuse*, 24(5), 3151–3169. <https://doi.org/10.1177/15248380221126182>
- Yun, P., Xiaohong, H., Zhongping, Y., & Zhujun, Z. (2021). Family Function, Loneliness, Emotion Regulation, and Hope in Secondary Vocational School Students: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Public Health*, 9 (1), 722276. <https://doi.org/10.3389/FPUBH.2021.722276/BIBTEX>
- Zhu, D., Chen, Y., Li, L., & Dunsmore, J. C. (2022). Family Functioning, Emotion Socialization, and Children’s Social Competence: Gender-Specific Effects in Chinese Families. *Journal*

*of Child and Family Studies*, 32(1), 257–271. <https://doi.org/10.1007/S10826-022-02480-1/METRICS>

Zimmer-Gembeck, M. J., Rudolph, J., Kerin, J., & Bohadana-Brown, G. (2022). Parent emotional regulation: A meta-analytic review of its association with parenting and child adjustment. *International Journal of Behavioral Development*, 46(1), 63–82. [https://doi.org/10.1177/01650254211051086/ASSET/IMAGES/LARGE/10.1177\\_01650254211051086-FIG13.JPEG](https://doi.org/10.1177/01650254211051086/ASSET/IMAGES/LARGE/10.1177_01650254211051086-FIG13.JPEG)

## IX. ANEXOS

### Anexo A: Consentimiento informado del padre

#### Consentimiento Informado para Padres

Funcionamiento familiar y regulación emocional en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Lima Metropolitana

Estimado padre, madre o apoderado, soy **Julio Cesar Rivera Caballero**, bachiller en Psicología de la Universidad Nacional Federico Villareal, estoy realizando un proyecto de investigación. Por el cual, se requiere la autorización de usted para la participación de su hijo (a) en el proyecto, cuyo objetivo es determinar la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional en adolescentes del I.E 2090 “Virgen de la puerta”.

La participación de su hijo(a) consistirá en responder dos cuestionarios, uno de funcionamiento familiar y el otro de regulación emocional, lo que tomará un promedio de 15 minutos aproximadamente.

Es importante señalar que no existirá riesgo por participar. Además, toda la información obtenida será sumamente confidencial, por lo cual no se divulgará la identidad de su hijo (a), su identidad será protegida, ya que no se le pedirá nombres ni apellidos.

El estudio no genera ningún costo alguno, la participación es de manera voluntaria, por lo cual se puede retirar en cualquier momento, sin perjuicio.

#### **Declaración del consentimiento**

Yo .....tengo conocimiento del proyecto y su propósito, donde el procedimiento consistirá en responder dos cuestionarios, lo cual no habrá costo ni riesgo alguno, además, toda la información que se recaudará será confidencial, ya que todo será de manera anónima (no se colocará apellidos ni nombres), y si mi hijo desea retirarse en cualquier momento lo puede hacer. Por esta razón, acepto voluntariamente que mi hijo(a) participe en el estudio.

---

Firma del padre, madre o apoderado

Fecha: ...../...../.....

## **Anexo B: Asentimiento informado del adolescente**

### **Asentimiento Informado para Adolescentes**

Funcionamiento familiar y regulación emocional en adolescentes de una Institución Educativa Pública de Lima Metropolitana

Mi nombre es Julio Cesar Rivera Caballero, soy bachiller en Psicología de la Universidad Nacional Federico Villareal. Actualmente estoy realizando una investigación, cuyo objetivo es determinar la relación entre el funcionamiento familiar y la regulación emocional en adolescentes del I.E 2090 “Virgen de la puerta”.

Para ello te invito a participar, llenando dos cuestionarios uno de funcionamiento familiar y el otro de regulación emocional, lo cual tomará 15 minutos aproximadamente en responder. Asimismo, las respuestas serán anónimas, no colocarás tus nombres ni apellidos.

Es importante señalar que no existirá riesgo por participar. Además, toda la información obtenida será sumamente confidencial, por lo cual no se divulgará tu identidad, ya que no se te pedirá nombres ni apellidos.

También sus padres están enterados de tu participación. Si bien tus padres aceptaron que participes, no es obligatorio que participes si no deseas. El estudio no tendrá ningún costo.

Serás de gran apoyo para la culminación de mi tesis.

### **Declaración del consentimiento**

Yo declaro de haber sido informado sobre el estudio y su propósito, también, donde el procedimiento es responder dos cuestionarios, lo cual no tendrá costo ni riesgo alguno, a la vez la información recaudada será anónima (no se colocará nombres ni apellidos), así mismo, tengo el consentimiento de mis padres para participar de manera voluntaria en el estudio, y si deseo retirarme en cualquier momento lo puedo hacer.

Si deseas participar, marca con una **(X)** la casilla “Si acepto participar”, en caso contrario marque la segunda opción

“Si acepto participar”

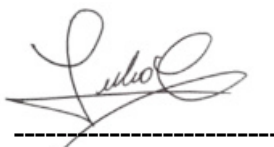
“No acepto participar”

**Anexo C: Declaración jurada****DECLARACIÓN JURADA**

Yo, Julio Cesar Rivera Caballero Identificado con DNI N° 46898719, con código de estudiante 2017041753 de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Federico Villarreal, declaro bajo juramento haber obtenido el consentimiento y autorización por parte de los autores para el uso de los instrumentos empleados en esta investigación.

Respecto al instrumento FACES III (Escala de Evaluación de la Cohesión y Adaptabilidad Familiar), he obtenido la autorización del Dr. Juan Carlos Bazo Álvarez. Asimismo, para el empleo de EQR (Cuestionario de Regulación Emocional) he obtenido la autorización por parte de la Dr. Diana Yaneth Espinoza García. Estas autorizaciones se obtuvieron de manera formal y cordial a través del uso de correo electrónico. Finalmente, se emite esta declaración con el fin de preservar la ética y normativas correspondientes al campo de la investigación.

LIMA, 07 de junio del 2025



FIRMA

Julio Cesar Rivera Caballero

### Anexo D: Matriz de consistencia

Título	Pregunta	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología	
<p style="text-align: center;">FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y REGULACIÓN EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA METROPOLITANA</p>	<p style="text-align: center;">Pregunta general</p> <p>¿Existe relación significativa entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana?</p>	<p style="text-align: center;">Objetivo general</p> <p>Determinar la relación entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.</p>	<p style="text-align: center;">Hipótesis general:</p> <p>Existe una relación positiva y significativa entre la funcionalidad familiar y la regulación emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana</p>	<p style="text-align: center;">Variable 1: Funcionamiento familiar Variable 2: Regulación Emocional</p>	<p style="text-align: center;">Población: 370 estudiantes Muestra: 197 estudiantes</p>	<p style="text-align: center;">Enfoque: Cuantitativo Diseño: No experimental Alcance: Correlacional</p>
	<p style="text-align: center;">Pregunta específicas</p> <p>¿Existe una relación positiva y significativa entre la cohesión y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana?</p> <p>¿Existe una relación positiva y significativa entre la cohesión y la supresión emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana?</p> <p>¿Existe una relación positiva y significativa entre la adaptabilidad y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana??</p> <p>¿Existe una relación positiva y significativa entre la adaptabilidad y la supresión emocional de los adolescentes de una institución</p>	<p style="text-align: center;">Objetivo específico</p> <p>Describir la funcionalidad familiar en adolescentes de una institución educativa publica de Lima Metropolitana</p> <p>Describir la regulación emocional en adolescentes de una institución educativa publica de Lima Metropolitana</p> <p>Analizar la relación entre la cohesión y la reevaluación cognitiva en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.</p> <p>Analizar la relación entre la cohesión y la supresión emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.</p>	<p style="text-align: center;">Hipótesis específicas:</p> <p>Existe una relación positiva y significativa entre la cohesión y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.</p> <p>Existe una relación positiva y significativa entre la cohesión y la supresión emocional de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.</p> <p>Existe una relación positiva y significativa entre la adaptabilidad y la reevaluación cognitiva de los adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.</p> <p>Existe una relación positiva y significativa entre la adaptabilidad y la supresión emocional de los adolescentes de</p>			

	educativa pública de Lima Metropolitana?	Analizar la relación entre la adaptabilidad y la reevaluación cognitiva en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana. Analizar la relación entre la adaptabilidad y la supresión emocional en adolescentes de una institución educativa pública de Lima Metropolitana.	una institución educativa pública de Lima Metropolitana.		
--	--	---	--	--	--

