

45834__1763128420P01.docx

 Universidad Autónoma de Ica

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::3117:530050346

Fecha de entrega

19 nov 2025, 11:29 a.m. GMT-5

Fecha de descarga

19 nov 2025, 11:31 a.m. GMT-5

Nombre del archivo

45834__1763128420P01.docx

Tamaño del archivo

391.6 KB

23 páginas

4790 palabras

28.841 caracteres

3% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 2%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 2%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 2%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 2%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Trabajos entregados UNIBA on 2025-03-28	<1%
2	Internet repositorio.upeu.edu.pe	<1%
3	Internet repositorio.uss.edu.pe	<1%
4	Trabajos entregados Universidad Cesar Vallejo on 2019-02-04	<1%
5	Internet ibdigital.uib.es	<1%

Influencia de la Atención plena en conductas parentales en padres de familia peruanos

Influence of attention on parental behavior in peruvian parents

Influência da Atenção Plena nos Comportamentos Parentais de Pais Peruanos

Resumen

Objetivo: Determinar la influencia de la atención plena en las conductas parentales de padres de familia de instituciones educativas peruanas. **Materiales y método:** El diseño de investigación fue no experimental transversal. Se trabajó con una muestra de 518 padres de familia (26,4 % varones y 73,6 % mujeres), con edades entre los 19 y 55 años ($M = 36,6$; $DE = 8,33$) seleccionados a través de un muestreo no probabilístico intencional. Se utilizaron el Mindful Awareness Attention Scale (MAAS) y el Cuestionario de conducta parental (ICP). Para el análisis de datos, se empleó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) con estimación DWLS, lo que permitió evaluar la relación entre la atención plena y las conductas parentales. **Resultados:** El modelo presentó un ajuste adecuado ($CFI = 0,981$ $RMSEA = 0,047$ $SRMR = 0,055$). Se observa que la Atención plena influye significativamente sobre las conductas parentales; mostrando una influencia directa en el compromiso ($\beta = 0,33$, $p < ,001$) y un efecto negativo en la hostilidad. ($\beta = -0,47$, $p < ,001$). **Conclusiones:** La atención plena influye en ambas dimensiones de las conductas parentales, donde, se observa una relación positiva con el compromiso y una relación negativa con la hostilidad.

Palabras clave: Conciencia Plena, Conflictos familiares, Crianza, interacción Padres-Hijos.

Fuente: Decs Bireme

Abstract

Objective: To determine the influence of mindfulness on the parenting behaviors of parents of Peruvian educational institutions. **Materials and method:** The research design was non-experimental cross-sectional study. The study involved a sample of 518 parents (26.4% men and 73.6% women), aged between 19 and 55 years ($M = 36.6$; $SD = 8.33$), selected through purposive non-probability sampling. The Mindful Awareness Attention Scale (MAAS) and the Parental Behavior Questionnaire (ICP) were used. Structural equation modeling (SEM) with DWLS estimation was used for data analysis, allowing for the assessment of the relationship between mindfulness and parenting behaviors. **Results:** The model presented an adequate fit ($CFI = 0.981$ $RMSEA = 0.047$ $SRMR = 0.055$). It is observed that Mindfulness significantly influences parental behaviors; showing a direct influence on commitment ($\beta = 0.33$, $p < .001$) and a negative effect on hostility. ($\beta = -0.47$, $p < .001$). **Conclusions:** Mindfulness influences both dimensions of parental behaviors, where a positive relationship with commitment and a negative relationship with hostility are observed.

Keywords: Mindfulness, Family Conflicts, Parenting, Parent-Child interaction.

Health Sciences Descriptors (DeCS)

Resumo

Objetivo: Determinar a influência da atenção plena nos comportamentos parentais de pais de instituições educacionais peruanas. **Materiais e método:** O delineamento da pesquisa foi um estudo transversal não experimental. O estudo incluiu uma amostra de 518 pais (26,4% homens e 73,6% mulheres), com idades entre 19 e 55 anos ($M = 36,6$; $DP = 8,33$), selecionados por amostragem não probabilística intencional. Foram utilizados a Escala de Atenção Plena e Consciência (MAAS) e o Questionário de Comportamento Parental (PBT). A modelagem de equações estruturais (SEM) com estimativa DWLS foi utilizada para a análise dos dados, o que permitiu avaliar a relação entre atenção plena e comportamentos parentais. **Resultados:** O modelo apresentou um ajuste adequado ($CFI = 0,981$ $RMSEA = 0,047$ $SRMR = 0,055$). Observa-se que o Mindfulness influencia significativamente os comportamentos parentais; mostrando uma influência direta no

comprometimento ($\beta = 0,33$, $p < 0,001$) e um efeito negativo na hostilidade. ($\beta = -0,47$, $p < 0,001$). **Conclusões:** Mindfulness influencia ambas as dimensões dos comportamentos parentais, onde se observa uma relação positiva com o compromisso e uma relação negativa com a hostilidade.

Palavras-chave: Atenção plena, conflitos familiares, parentalidade, interação pais-filhos.

Descritores em Ciências da Saúde (DeCS)

Introducción

La crianza en la actualidad representa un gran desafío para los padres. Ya que requiere inversión financiera y de tiempo, aunado a esfuerzo físico y mental sostenido en el tiempo; donde, estas exigencias limitan el tiempo para cuidar de sí mismos [1] En padres con hijos menores de 17 años; donde, la paternidad en esta etapa es más estresante y menos gratificante, es más probable que presenten un alto estrés conocido como burnout parental [2][3], o que desarrollen problemas de salud mental [4]. De hecho, en Inglaterra, los trastornos mentales más frecuentes en padres son la depresión (17,6 – 22,2 %), ansiedad (6,5 – 10,8%), abuso de sustancias (0,22 - 0,26 %) y abuso de alcohol (0,12 - 0,49) [5]. Esto se relaciona con que los padres puedan presentar angustia emocional, lo que afecta significativamente en que los hijos desarrollen problemas de conducta, emocionales e hiperactividad [6]. Además, se ha observado que los problemas psicológicos de los padres representan un mayor riesgo de que los hijos desarrollen algún trastorno de salud mental [7].

Diversos estudios han propuesto diferentes formas de abordaje para los problemas psicológicos en los padres. Especialmente, la atención plena, que se define como la capacidad de prestar atención al momento presente de una manera particular, con intención y libre de juicio a la experiencia momento a momento [8]. Procedente de una larga tradición budista, que reconoce la importancia de la práctica regular en prácticas formales de meditación [9][10] que en las últimas décadas ha sido incluida en intervenciones clínicas para tratar síntomas físicos y psicológicos [11]. Con beneficios que van desde la salud física y mental, hasta resultados cognitivos, afectivos e interpersonales; asimismo, aplicaciones en entorno clínico, trabajo, colegio, militar y prisión [12]. En ese sentido, las intervenciones en atención plena (Mindful parenting o Mindfulness-based Stress Reduction program MBSR en padres) tienen como objetivo mejorar el entorno familiar y reducir el estrés de los padres; por lo que implementar estos programas en padres muestra mejores resultados en la crianza y aumenta el bienestar de los hijos [13]. En Estados Unidos, se observa que el uso poco frecuente de la atención plena de los padres predice el uso de conductas parentales inconsistentes y punitivas [14] lo que se relaciona con la aparición de trastornos mentales en la infancia y adolescencia [15]. En China, Han et al. [16] reportaron que la atención plena disposicional

de los padres reportó un mayor uso de prácticas parentales positivas; lo que se asoció con una disminución de problemas de conductas internalizantes y externalizantes. Así mismo, estudios de metaanálisis muestran que la atención plena se relaciona con la crianza efectiva y las dificultades emocionales y conductuales de los niños [17][18].

La conducta de los padres tiene un rol importante durante el desarrollo de los hijos [19]. Siendo la crianza una conducta o un conjunto de conductas ejecutadas con objetivos, frecuencia y duraciones variables [20]. La conducta parental consiste en un repertorio específico e patrones relacionales de los padres hacia los hijos [21] que tienen dos aspectos importantes: 1) la participación temprana y frecuente en actividades cognitivamente estimulantes, 2) las interacciones sensibles y receptivas entre padres e hijos durante estas, así como en las interacciones cotidianas [22].

Las conductas parentales severas, como la agresión física y verbal, y la manipulación, se relacionan con efectos negativos en la salud mental de los padres [23]. Por otro lado, la atención plena se relaciona con la salud mental de los padres, ya que permite reducir los niveles de estrés y una adecuada relación entre padres e hijos [24]. Además, la práctica recurrente durante el embarazo de atención plena predice menos problemas en la dinámica padre/madre e hijos en la crianza [25]; así como, durante la crianza ayuda a reducir las actitudes negativas, el estrés parental y mejorar la salud mental tanto de los padres [17] como de los hijos, ya que tienen impacto en el bienestar emocional y conductual [16] y fomentan habilidades como la empatía y la compasión de estos últimos [26].

Por otro lado, en Perú se observa escasos estudios que muestren que la atención plena influye en las conductas parentales; como el estudio en padres peruanos de hijos con una condición neuro diversa que implementó una intervención basada en la aceptación y flexibilidad psicológica mejoró el afrontamiento del estrés parental y la regulación emocional ante las dificultades de sus hijos [27]. Otro estudio demostró que la dimensión positiva de atención plena de la autocompasión se relaciona negativamente con el burnout parental [28].

Por lo tanto, el estudio tuvo el propósito de determinar la influencia de la atención plena en las conductas parentales de padres de familia de instituciones educativas peruanas.

Materiales y métodos

Tipo y diseño del estudio

La investigación tuvo un enfoque no experimental transversal. Se adoptó un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) con el objetivo de identificar la influencia de la variable independiente (Atención plena) en la variable dependiente (Conductas parentales) en padres de familia peruanos.

Población y Muestra

Los participantes fueron 518 padres con edades de entre 19 y 55 años ($M = 36,6$; $DE = 8,33$) de ambos sexos, femenino (73,6 %) y masculino (26,4 %). Respecto al departamento de residencia actual, 484 (93,4%) fueron de San Martín, ubicado en la selva alta del nororiente del Perú que comprende tanto zonas urbanas como rurales. De la muestra, 254(49%) estaban casados, 159(30%) tenían secundaria completa y 57 (11%) estaban cursando el nivel primario (Tabla 1).

Variables de estudio

Atención Plena: La atención plena es la habilidad de dirigir la atención al momento presente de forma intencionada y sin juicio [30]. Tiene origen en la tradición budista y se cultiva mediante prácticas de meditación [31][32], habiéndose incorporado también en intervenciones clínicas, para los tratamientos con síntomas físicos y psicológicos [33]. Sus beneficios abarcan la salud física, mental, cognitivos, afectivos e interpersonales, por otro lado, se aplican en los ámbitos clínicos, laborales, escolares, militares y penitenciarios [34].

Conducta Parental: La conducta parental incluye el desarrollo infantil [35]. Son la clave en la participación de actividades estimulantes como: Interacciones sensibles y receptivas [36]. El marco conceptual de dos dimensiones propuesto por Maccoby [37] planteó un modelo basado en calidez y control. Estas dimensiones definen el estilo de crianza que un padre emplea.

Instrumentos de medición

Mindful Awareness Attention Scale (MAAS): Se empleó la escala desarrollada por Brown & Ryan [38], y adaptada al contexto peruano por Caycho-Rodríguez et al. [39] una versión corta (MAAS-5) en universitarios de Lima. El instrumento evalúa la atención plena en personas con ausencia de previa experiencia en meditación en adultos. Cuenta con 5 indicadores con un formato tipo Likert de 6 categorías de respuesta: 1 (casi siempre), 2 (muy frecuentemente), 3 (algo frecuente), 4 (algo infrecuente), 5 (muy infrecuente) y 6 (Casi Nunca). Presenta evidencias de buena consistencia interna unidimensional con un coeficiente omega ($\omega = 0,83$). También presenta adecuados índices de validez ($\chi^2 = 15,34$; gl = 5; $p < 0,01$; CFI = 0,98; RMSEA = 0,03).

Cuestionario de Conducta Parental (ICP): Fue construido por Lovejoy et al. [40] en padres de Estados Unidos y fue adaptada al contexto peruano por Merino Soto et al. [41] en padres de niños de la ciudad de Lima. La finalidad de este cuestionario es medir la conducta de crianza en madres y padres de familia. Cuenta con 20 ítems con un formato tipo Likert de 5 opciones de respuesta (Nada=0, Un poco=1, Algo=2, Moderadamente=3, Ciertamente=4, Muy cierto=5). Evidencia fiabilidad a través de Alfa de Cronbach para cada uno de sus dos componentes que son: hostilidad/coerción (0,78), compromiso/soporte (0,81). Presenta pobres índices de ajuste al modelo (CFI = 0,74; RMSEA = 0,084).

Técnicas y procedimiento

La recolección de datos se realizó de forma presencial mediante cuestionarios impresos. Estos cuestionarios incluían en su primera sección el consentimiento informado, en el cual se brindaba información clara sobre la naturaleza de la investigación, el carácter voluntario de la participación, el manejo confidencial y anónimo de los datos, así como el uso exclusivo de la información con fines investigativos. También se detallaron las medidas de protección de datos y el acceso a los hallazgos, cumpliendo con las normas éticas fundamentales para la realización de estudios científicos.

Los cuestionarios fueron aplicados por estudiantes de psicología del último año, quienes contaban con formación en ética de la investigación y experiencia en la aplicación de instrumentos psicológicos. Estos evaluadores se encargaron de explicar el propósito del estudio, resolver dudas de los participantes y garantizar que el procedimiento se

desarrollara de forma ética y ordenada. Luego de la firma del consentimiento informado, los participantes completaron la sección de datos sociodemográficos, seguida de los instrumentos de evaluación. Los cuestionarios fueron distribuidos y recolectados en tres instituciones educativas públicas de la región de San Martín.

Análisis estadístico

Al inicio se evaluó la estructura factorial de los instrumentos a través del AFC. Dado el carácter ordinal de los ítems, se emplearon las matrices de correlación policórica y el Estimador DWLS, que se recomienda como más apropiado para la escala de medición ordinal [45]. El ajuste al modelo se evaluó mediante el índice de ajuste comparativo (CFI) con valores adecuados de $CFI > 0,90$ [47], el error cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y el residuo cuadrático medio normalizado (SRMR) con valores adecuado de RMSEA [48] y $SRMR < 0,080$ [49]. El análisis estadístico se realizó con el programa Jamovi (v. 2.4.14) [42] utilizando la librería lavaan [43] a través del módulo SEMlj [44].

Aspectos éticos

2 El Comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión aprobó la investigación (código 2025-CEB-FCS-UPeU-040). Además, e tomaron en cuenta las pautas que establece la Declaración de Helsinki, respetando los principios de autonomía, consentimiento informado y bienestar de los participantes. En la primera parte, se explicó el propósito de la investigación y las condiciones de su participación, que esta sería totalmente voluntaria y que podrían retirarse en el curso si lo deseaban; asimismo, se recalcó que la información obtenida sería totalmente anónima, confidencial y exclusiva para la investigación. Posteriormente se procedió a aplicar los instrumentos de manera escrita. También se respetó el anonimato y confidencialidad para el recojo de datos, ya que los cuestionarios fueron codificados para el uso exclusivo del investigador, respetando de esta manera la privacidad de los datos recogido[50].

Resultados

La tabla 2 presenta estadísticas descriptivas de las variables. En ella, la atención plena muestra la media y la desviación estándar más bajas (19,3 y 7,33 respectivamente). La dimensión compromiso presenta la mayor media (39,8) y la dimensión hostilidad de conducta parental tiene la mayor desviación estándar (7,98). Por otro lado, todas las variables en la asimetría y curtosis se encuentran dentro del rango $\pm 1,5$, por lo que se deduce que presentan una distribución normal (Tabla 2).

Se observaron correlaciones significativas. La correlación significativa con el más alto valor se encontró en Atención con el Compromiso, ($r = 0,246$, $p < 0,001$), además el valor más bajo de significancia de correlación se encontró en la Hostilidad con el Compromiso ($r = -0,119$, $p < ,01$). Se obtuvieron, sin embargo, algunas correlaciones significativas Atención y Hostilidad ($r = -0,269$ y $p < 0,001$; Tabla 3).

En la evaluación del modelo teórico, se logró un ajuste apropiado ($\chi^2(227) = 486$; $p < 001$, CFI = 0,981 RMSEA = 0,047 SRMR = 0,055). En este caso, la H1 se refiere a la influencia directa de Atención plena sobre conductas parentales ($\beta = 0,47$, $p < ,001$). Donde, la Atención plena (AtncP) tiene una influencia directa negativa sobre Hostilidad (HstlC) ($\beta = -0,47$), y una influencia positiva sobre Compromiso (CmprS) ($\beta = 0,33$). Además, Hostilidad y Compromiso predicen múltiples conductas parentales específicas (CP1 a CP18), con pesos de regresión que varían entre $\beta = 0,27$ y $\beta = 0,94$ (Figura 1).

Discusión

El desarrollo de la regulación emocional está relacionado con las prácticas de cuidado parental, ya que este influye en la adquisición de las habilidades emocionales de los niños [51]. Además, se ha observado que la disposición de los padres a implementar adecuadas prácticas de cuidado durante la crianza está mediada por el uso de la atención plena de los padres [52]. Donde, los padres con mayores niveles de atención plena pueden gestionar de forma adecuada su malestar emocional y mostrar conductas parentales adaptativas [53]. Por lo que la presente investigación tiene el objetivo de determinar la influencia de la atención plena en las conductas parentales de padres de familia de instituciones educativas peruanas.

Se identificó una influencia positiva entre la atención plena y la dimensión de compromiso de las conductas parentales ($\beta = 0,33$), lo que sugiere que los padres que aplican estrategias de mindfulness logran establecer interacciones más cálidas y receptivas con sus hijos; como este resultado concuerda con una investigación en madres chilenas, donde se observó que las prácticas de atención plena no solo reducen el estrés parental, sino que también mejoran las relaciones familiares [24]. Además, en intervenciones para reducir el estrés y problemas de salud de los padres, tuvo resultados en fortalecer y mejorar la dinámica familiar [13] y fomentar habilidades como la empatía y compasión en los padres [16].

Por otro lado, se observa que la atención plena tiene una influencia negativa con la práctica parental de hostilidad ($\beta = -0,47$). Este resultado es coherente con otros estudios previos [14][15][54], que muestra que la implementación de la atención plena en la crianza tiene efectos en la reducción de prácticas poco efectivas como la agresión y la negligencia [16][17][55]. Ya que la práctica de la atención plena tiene beneficios en el bienestar psicológico, social y emocional de quienes lo utilizan [56]. Incluso en padres con historia de negligencia y trauma infantil puede ser utilizada como intervención, porque ayuda en su bienestar y en la sensación de competencia parental [57].

No obstante, es necesario tener en cuenta las limitaciones de la investigación al analizar los resultados. Se detectaron restricciones en el diseño transversal de la investigación, lo que limita la posibilidad de establecer relaciones causales. Otra limitación es que la muestra se limite a una sola región lo que podría conllevar sesgos culturales y demográficos. Investigaciones futuras podrían tratar estas restricciones a través de estudios longitudinales que analicen el efecto sostenido de la atención plena y a través de muestras más variadas que hagan posible aplicar los hallazgos a otros ámbitos culturales.

Conclusiones

El presente estudio evidenció que la atención plena ejerce una influencia significativa en las conductas parentales, promoviendo una disminución de la hostilidad y un aumento del compromiso parental. Estos hallazgos respaldan la eficacia de las prácticas de mindfulness como una herramienta valiosa para mejorar la calidad de la interacción entre

padres e hijos, así como para fomentar un entorno emocionalmente estable que favorezca el bienestar infantil.

Tabla 1 Características sociodemográficas de los participantes

	Característica	n	%
Sexo	Femenino	3,81	73,6
	Masculino	1,37	26,0
	Casado(a)	2,54	49,0
Estado civil	Soltero	2,34	45,2
	Separado(a)	2,3	4,4
	Viudo	2	0,4
	San Martín	4,84	93,4
Departamento de residencia actual	Tumbes	9	1,7
	Lima	8	1,5
	Amazonas	5	1,0
	Piura	3	0,6
	Cajamarca	2	0,4
	Tacna	2	0,4
	Ancash	1	0,2
	Loreto	1	0,2
	Puno	1	0,2
	Callao	1	0,2
	Otros	1	0,2
	Secundaria completa	1,59	30,7
	Superior técnica completa	8,8	17,7
	Secundaria incompleta	7,4	14,3
	Superior universitaria completa	6,9	13,3
Nivel de estudios	Primaria completa	5,7	11,0
	Superior técnica incompleta	2,8	5,4
	Primaria incompleta	2,3	4,4
	Superior universitaria incompleta	2,0	3,9

Tabla 2. Análisis descriptivo de las variables estudiadas

	Media	DE	g1	g2
Atención	19,3	7,33	-0,2731	-1,136
Hostilidad	23,7	7,98	0,0865	-0,348
Compromiso	39,8	7,35	-1,0683	1,243

Nota. M = Media, DE = Desviación estándar, g_1 = asimetría, g_2 = curtosis

Tabla 3 Matriz de correlaciones

	1		2		3
1. Atención	—				
2. Hostilidad	-0,269	***	—		
3. Compromiso	0,246	***	-0,119	**	—

Nota. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$

Figura 1. Modelo de ecuaciones estructurales del efecto de la Atención plena (AtncP) sobre las conductas parentales, teniendo como dimensiones compromiso (CmprS) y hostilidad (HstlC). Se consideraron en la estimación del modelo.

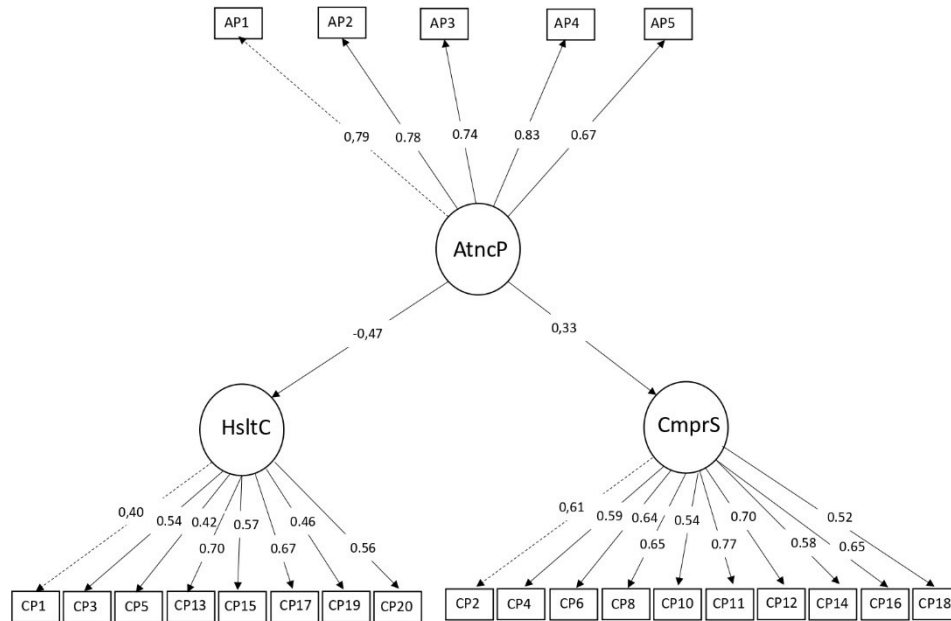


Ilustración 1: AtncP → Atención Plena, CmprS → Compromiso (dimensión de las conductas parentales), HstlC → Hostilidad (dimensión de las conductas parentales), AP→ indicadores que miden la variable latente “AtncP” (Atención Plena).

Referencias

1. Nomaguchi K, Milkie MA. Parenthood and Well-Being: A Decade in Review. *Journal of Marriage and Family*. 2020; 82(1):198-223. Doi: <https://doi.org/10.1111/jomf.12646>
2. Kalkan RB, Blanchard MA, Mikolajczak M, Roskam I, Heeren A. Emotional exhaustion and feeling fed up as the driving forces of parental burnout and its consequences on children: insights from a network approach. *Current Psychology*. 2023; 42(26): 22278-89. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03311-8>
3. Griffith AK. Parental burnout and child maltreatment during the COVID-19 pandemic. *J Fam Violence*. 2022;37(5):725–31. DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s10896-020-00172-2>
4. Simon RW, Caputo J. The Costs and Benefits of Parenthood for Mental and Physical Health in the United States: The Importance of Parenting Stage. *Soc Ment Health*. 2028; 9(3):296-315. Doi: <https://doi.org/10.1177/2156869318786760>
5. Abel KM, Hope H, Swift E, Parisi R, Ashcroft DM, Kosidou K, et al. Prevalence of maternal mental illness among children and adolescents in the UK between 2005 and 2017: a national retrospective cohort analysis. *Lancet Public Health*. 2019; 4(6): e291-300. Doi: [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(19\)30059-3](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(19)30059-3)
6. Romero E, López-Romero L, Domínguez-álvarez B, Villar P, Gómez-Fraguela JA. Testing the Effects of COVID-19 Confinement in Spanish Children: The Role of Parents' Distress, Emotional Problems and Specific Parenting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020;17(19):6975. Doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17196975>

7. Reedtz C, Lauritzen C, Stover Y V., Freili JL, Rognmo K. Identification of children of parents with mental illness: A necessity to provide relevant support. *Front Psychiatry*. 2019;10(9):432471. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00728>
8. Kabat-Zinn J. Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness, 15th anniversary ed. 15th anniversary ed. Delta Trade Paperback/Bantam Dell.; 2005.
9. Siegel RD, Germer CK, Olendzki A. Mindfulness: What Is It? Where Did It Come From?. In: Didonna, F. (eds) *Clinical Handbook of Mindfulness*. Springer, New York. Doi: https://doi.org/10.1007/978-0-387-09593-6_2
10. Brown KW, Ryan RM, Creswell JD. Mindfulness: Theoretical Foundations and Evidence for its Salutary Effects. *Psychol Inq*. 2017;18(4):211-37. Doi: <https://doi.org/10.1080/10478400701598298>
11. Shapiro SL, Carlson LE, Astin JA, Freedman B. Mechanisms of mindfulness. *J Clin Psychol*. 2005;62(3):373-86. Doi: <https://doi.org/10.1002/jclp.20237>
12. Creswell JD. Mindfulness Interventions. *Annu Rev Psychol*. 2017;68(68):491-516. Doi: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-042716-051139>
13. Burgdorf V, Szabó M, Abbott MJ. The effect of mindfulness interventions for parents on parenting stress and youth psychological outcomes: A systematic review and meta-analysis. *Front Psychol*. 2019;10(JUN):433825. Doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01336>
14. Rivera CE, Coyne LW, Daigle KM, Guzick A, Reid A, Shea S. Mindfulness, parenting behavior, and children's mental health: An investigation among diverse, low-income mothers of preschool aged children. *J Contextual Behav Sci*. 2022; 24; 79-86. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2022.03.003>

15. Parent J, McKee LG, N. Rough J, Forehand R. The Association of Parent Mindfulness with Parenting and Youth Psychopathology Across Three Developmental Stages. *J Abnorm Child Psychol.* 2016; 44(1):191-202. Doi: <https://doi.org/10.1007/s10802-015-9978-x>

16. Han ZR, Ahemaitijiang N, Yan J, Hu X, Parent J, Dale C, et al. Parent Mindfulness, Parenting, and Child Psychopathology in China. *Mindfulness.* 2021;12(2):334-43. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01111-z>

17. Kil H, Shukla S, Andrade BF. Mindfulness, Parental Attributions, and Parenting: the Moderating Role of Child Mental Health. *Mindfulness.* 2022;13(7):1782-92. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-022-01916-5>

18. Lee CSC, Ng KH, Chan PCK, Peng X. Effectiveness of mindfulness parent training on parenting stress and children's ADHD-related behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Hong Kong Journal of Occupational Therapy.* 2022;35(1):3-24. Doi: <https://doi.org/10.1177/15691861211073826>

19. Collins WA, Maccoby EE, Steinberg L, Hetherington EM, Contemporary research on parenting: The case for nature and nurture. In M. E. Hertzig & E. A. Farber (Eds.), *Annual progress in child psychiatry and child development: 2000–2001.* 2003;55(2):218-32. Brunner-Routledge.

20. Leckman JF, Feldman R, Swain JE, Eicher V, Thompson N, Mayes LC. Primary parental preoccupation: Circuits, genes, and the crucial role of the environment. *J Neural Transm.* 2004;111(7):753-71. Doi: <https://doi.org/10.1007/s00702-003-0067-x>

21. Feldman R. Parenting Behavior as the Environment Where Children Grow. En: The Cambridge Handbook of Environment in Human Development. Cambridge University Press; 2012. p. 535-67.
22. Shah R, Kennedy S, Clark MD, Bauer SC, Schwartz A. Primary care-based interventions to promote positive parenting behaviors: A meta-analysis. *Pediatrics*. 2016; 137(5). Doi: <https://doi.org/10.1542/peds.2015-3393>
23. Potharst ES, Baartmans JMD, Bögels SM. Mindful Parenting Training in a Clinical Versus Non-Clinical Setting: An Explorative Study. *Mindfulness*. 2021;12(2):504-18. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-018-1021-1>
24. Corthorn C, Milicic N. Mindfulness and Parenting: A Correlational Study of Non-meditating Mothers of Preschool Children. *J Child Fam Stud*. 2016;25(5):1672-83. Doi: <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0319-z>
25. Boekhorst MGBM, Potharst ES, Beerthuisen A, Hulsbosch LP, Bergink V, Pop VJM, et al. Mindfulness During Pregnancy and Parental Stress in Mothers Raising Toddlers. *Mindfulness*. 2020;11(7):1747-61. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01392-9>
26. Wang YN, Lin QH, Meng D, Wang J, Xu HP, Wei WH, et al. Relationship Between Mindfulness and Affiliate Stigma in Parents of Children with Autism Spectrum Disorder in China: The Mediating Role of Coping Styles. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci)*. 2024;18(2):89-96. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.anr.2024.03.001>
27. Fluja Contreras JM, Gómez Becerra I, García Palacios A, Chavez A, Chavez Askins M. Protocolo de intervención en flexibilidad psicológica y regulación emocional con terapia contextual en familias: una serie de casos. *Revista de Psicología Clínica*

- con Niños y Adolescentes. 2021;8(3):50-58. Doi: :
<https://doi.org/10.21134/rpcna.2021.08.3.6>
28. Buitron-Huillca E, Manrique-Millones D. Burnout parental, perfeccionismo y autocompasión en una muestra de padres peruanos: Parental burnout, perfectionism and self-compassion in a sample of Peruvian parents. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. 2025;30(1):13-21. Doi: <https://doi.org/10.5944/rppc.40522>
29. Ato M, López JJ, Benavente A. Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*. 2013;29(3):1038-59. Doi: <https://doi.org/10.6018/analesps>
30. Moñivas A, García-Diex G, García-de-Silva R. Mindfulness (atención plena): concepto y teoría. *Portularia*. 2012;12(Addenda):83-9. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=161024437009>
31. Parra M, Juan D, Rodríguez M, Montañés Sánchez M, Bartolomé Gutiérrez R. Conociendo mindfulness. 2012;1-18.
32. Browne M, Cudeck R. Alternative Ways of Assessing Model Fit. *Sociol Methods Res*. 8 de junio de 1992 ;21(2):230-58. Doi: <https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>
33. Shapiro SL, Carlson LE, Astin JA, Freedman B. Mechanisms of mindfulness. Vol. 62, *Journal of Clinical Psychology*. 2006. p. 373-86. DOI: <https://doi.org/10.1002/jclp.20237>
34. Creswell JD. Mindfulness Interventions. *Annu Rev Psychol*. 2017;68:491-516. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-042716-051139>

35. Collins WA, Maccoby EE, Steinberg L, Hetherington EM, Bornstein MH. Contemporary research on parenting: The case for nature and nurture. *American Psychologist*. 2000;55(2):218-32. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.2.218>
36. Shah R, Kennedy S, Clark M, Bauer S, Schwartz A. Primary Care-Based Interventions to Promote Positive Parenting Behaviors: A Meta-analysis. *REVIEW ARTICLE PEDIATRICS*. 2016;137(5). DOI: 10. <https://doi.org/10.1542/peds.2015-3393>
37. Maccoby E. The Role of Parents in the Socialization of Children: An Historical Overview. *Dev Psychol*. 1992;28(6):1006-17. Doi: <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.6.1006>
38. Brown KW, Ryan RM. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being. *J Pers Soc Psychol*. 2003;84(4):822-48. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.822>
39. Caycho-Rodríguez T, García Cadena CH, Reyes-Bossio M, Cabrera-Orosco I, Oblitas Guadalupe LA, Arias Gallegos WL. Evidencias psicométricas de una versión breve de la mindful awareness attention scale en estudiantes universitarios. *Rev Argent Cienc Comport*. 2019;11(3):19-32. Doi: <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v11.n3.24870>
40. Lovejoy MC, Weis R, O'Hare E, Rubin EC. Development and initial validation of the Parent Behavior Inventory. *Psychol Assess*. diciembre de 1999;11(4):534-45. DOI: <https://doi.org/10.1037/1040-3590.11.4.534>
41. Merino-Soto C, Díaz-Casapía M, De Roma V. Validación del inventario de conductas parentales: Un análisis factorial confirmatorio. *Persona*. 2004;0(007):145-62. Doi: <https://doi.org/10.26439/persona2004.n007.892>
42. The jamovi project. jamovi. 2025. Doi: <https://www.jamovi.org>

43. Rosseel Y. lavaan: An R Package for Structural Equation Modeling. J Stat Softw. 24 de mayo de 2012; 48:1-36. Doi: <https://www.jstatsoft.org/index.php/jss/article/view/v048i02>
44. Gallucci M, Jentschke S. SEMlj: jamovi SEMAnalysis. jamovi module; 2025. Doi: <https://semlj.github.io/>
45. Finney SJ, DiStefano C. Nonnormal and categorical data in structural equation modeling. En: Structural equation modeling: A second course (2nd ed). 2013; pp. 439-92. IAP Information Age Publishing.
46. Muthén LK, Muthén BO. Mplus User's Guide. Eighth Edition. CA: Muthén & Muthén; 2017. Doi: www.StatModel.com
47. Bentler PM. Comparative fit indexes in structural models. Psychol Bull. 1990;107(2):238-46. Doi: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
48. MacCallum RC, Browne MW, Sugawara HM. Power analysis and determination of sample size for covariance structure modeling. Psychol Methods. 1996;1(2):130-49. Doi: <https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.2.130>
49. Browne MW, Cudeck R. Alternative Ways of Assessing Model Fit. Sociol Methods Res. 1992;21(2):230-58. Newbury Park, CA: Sage.
50. Miranda-Novales MG, Miranda-Novales MG, Villasís-Keever MÁ. El protocolo de investigación VIII. La ética de la investigación en seres humanos. Rev Alerg Mex. 2019;66(1):115-22. Doi: <https://doi.org/10.29262/ram.v66i1.594>
51. Calkins SD, Perry NB. The Development of Emotion Regulation: Implications for Child Adjustment. En: Cicchetti D, editor. Developmental Psychopathology. 2016. p. 1-56. Wiley.

52. Ren Y, Han ZR, Ahemaitijiang N, Zhang G. Maternal Mindfulness and School-Age Children's Emotion Regulation: Mediation by Positive Parenting Practices and Moderation by Maternal Perceived Life Stress. *Mindfulness*. 2021;12(2):306-18. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-019-01300-w>
53. Siu AFY, Ma Y, Chui FWY. Maternal Mindfulness and Child Social Behavior: the Mediating Role of the Mother-Child Relationship. *Mindfulness*. 2016;7(3):577-83. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0491-2>
54. Mikolajczak M, Brianda ME, Avalosse H, Roskam I. Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse Negl*. 2018;80:134-45. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>
55. Potharst ES, Baartmans JMD, Bögels SM. Mindful Parenting Training in a Clinical Versus Non-Clinical Setting: An Explorative Study. *Mindfulness*. 2021;12(2):504-18. Doi: <https://doi.org/10.1007/s12671-018-1021-1>
56. Arslan G, Kabasakal Z, Taş B. Childhood Psychological Maltreatment, Mindful Awareness, Self-Transcendence, and Mental Well-Being in Emerging Adults. *Emerging Adulthood*. 2024;12(1):18-28. Doi: <https://doi.org/10.1177/21676968231208246>
57. Villeneuve É, Paradis A, Lassance L, Hébert M, Daspe MÈ, Godbout N. Psychological Neglect and the Sense of Parental Competence in Parental Couples: Mindfulness as an Underlying Mechanism. *J Fam Violence*. 2024. Doi: <https://doi.org/10.1007/s10896-024-00769-x>