

PROGRAMA-GUÍA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES, EDUCATIVAS Y PARENTALES

Programme-Guide for the Development of Emotional, Educational and Parental Competences

*Raquel-Amaya Martínez González
Lucía Álvarez Blanco
M.^a del Henar Pérez Herrero*

RESUMEN: *En este documento se hace referencia a la función socializadora de la familia y a su potencialidad para generar capital humano y social que contribuya al desarrollo social. Ello lleva a considerar su dimensión pública y la conveniencia de ser apoyada socialmente para que pueda desarrollar su rol parental. En este sentido, se introduce la Recomendación 2006/19 del Consejo de Europa sobre Fomento de la Parentalidad Positiva, desde la que se sugiere desarrollar, entre otras cosas, Programas Parentales con metodologías grupales para promover la formación y desarrollo de competencias parentales. A este respecto, se presenta la estructura, contenido y metodología del Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales (Martínez González, 2009), así como algunos resultados de su aplicación con una muestra de 41 padres y madres con hijos adolescentes y se analiza su contribución al desarrollo de competencias parentales en las personas participantes.*

Palabras Clave: *Parentalidad Positiva, Programa, Competencias Emocionales, Educativas y Parentales.*

ABSTRACT: *This paper refers to the socializing role of the family and its potential to generate human and social capital which will contribute to social development. This leads to consider the public dimension of the family and the convenience to support it. The European Recommendation (2006)/19 of the European Council to Promote Positive Parenting is introduced as well as the Program-Guide to Develop Emotional, Educational and Parental Competences. Results obtained from 41 parents*

of teenagers who participated in this Program-Guide are described in order to value its contribution to promote those parental competences.

Key words: *Positive Parenting, Programme, Emotional, Educational and Parental Competences*

1. LA FUNCIÓN SOCIALIZADORA DE LA FAMILIA Y SU DIMENSIÓN PÚBLICA. DIRECTRICES EUROPEAS DE APOYO A LAS FAMILIAS

El rol socializador de la familia está universalmente aceptado en todas las sociedades por las funciones asistenciales, educativas y adaptativas que realiza tanto con los menores como con los adultos, contribuyendo a su desarrollo personal y también al desarrollo de la sociedad al generar capital social (Baumrid, 1973; Musitu, Buelga, Lila, y Cava, 2001; Pérez Díaz, Rodríguez y Sánchez, 2001). Esta función socializadora se hace especialmente relevante con los menores, a quienes se entiende que hay que proteger para garantizar los derechos propios de la Infancia (Naciones Unidas, 1959).

Ello permite entender a la familia como un núcleo fundamental de la sociedad, que adquiere, además de su dimensión privada, una dimensión pública por contribuir a proteger a los menores, a sostener el bienestar personal y social y a la formación de la ciudadanía a través del cumplimiento de sus funciones educativas, de socialización y asistenciales.

Esta dimensión pública ha llevado al Parlamento Europeo y al Consejo de Europa¹ a formular Recomendaciones a los Estados Miembros de la Unión Europea para que estimulen medidas de apoyo a las familias. En dichas Recomendaciones se indica la necesidad de conjugar acciones integradas y coordinadas de todos los sectores sociales con la finalidad de contribuir a mejorar la calidad de la convivencia familiar, a proteger los derechos de los niños, y con ello a construir un futuro próspero de la sociedad. De ahí, que el European Social Charter (ETS No. 163) formule en su artículo 16 que «la familia, como unidad básica fundamental de la sociedad,

¹ Council of Europe document (p. 2): *Recommendation Rec(2006)19 of the Committee of Ministers to member states on policy to support positive parenting*. Adopted by the Committee of Ministers on 13 December 2006 at the 983rd meeting of the Ministers' Deputies.

Programa-guía para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales

tiene derecho a recibir apoyo y protección social, legal y económica para asegurar todo su potencial de desarrollo».

Un resumen de las Recomendaciones Europeas mencionadas se incluye en la tabla 1.

Tabla 1: Recomendaciones de Medidas de Apoyo a las familias formuladas por el Consejo de Ministros de los Estados Miembros de la Unión Europea

Recomendaciones del Consejo de Ministros de los Estados Miembro de la Unión Europea para promover Medidas de Apoyo a las Familias relacionadas con:
<ul style="list-style-type: none">• Las responsabilidades parentales en la sociedad moderna y los apoyos sociales necesarios para ello (No. R [84] 4), (Recomendación de la Asamblea Parlamentaria 751 [1975]).• La erradicación de la violencia en la familia (No. R [85] 4); (Recomendación de la Asamblea Parlamentaria 1666 [2004]).• El desarrollo de políticas familiares coherentes e integradas (No. R (94) 14); (Recomendación de la Asamblea Parlamentaria 1074 [1988]) relacionadas con medidas materiales de apoyo a la familia: económicas, de prevención de la pobreza, conciliación de la vida familiar y laboral, etc.• La responsabilidad de los padres y madres y del profesorado en la educación de los niños (Recomendación de la Asamblea Parlamentaria 1501 [2001]).• La conciliación de la vida laboral y familiar (No. R [96] 5).• El bienestar de las familias monoparentales (No. R [97] 4).• El derecho de los niños a participar en la vida familiar y social (No. R [98] 8); (Recomendación de la Asamblea Parlamentaria 1121 [1990]).• Los derechos de los niños alojados en residencias institucionales (Rec [2005] 5).• Los derechos y plena participación en la sociedad de las personas con discapacidad para mejorar su calidad de vida (Rec [2006] 5).• La mediación familiar y la igualdad de sexos (Recomendación de la Asamblea Parlamentaria 1639 [2003]).

Fuente: Elaboración Propia adaptada del Council of Europe Document (p.2): *Recommendation Rec(2006)19 of the Committee of Ministers to Member States on Policy to Support Positive Parenting* (Adopted by the Committee of Ministers on 13 December 2006 at the 983rd Meeting of the Ministers' Deputies).

Con todo, las instituciones europeas recomiendan a sus Estados Miembros²: 1) reconocer el papel fundamental que desempeña la familia en la sociedad, 2) destacar entre sus muchas funciones, su labor socializadora y educativa con respecto al desarrollo pleno e integral de los menores y, en consecuencia, 3) crear las condiciones necesarias a nivel legislativo, administrativo, económico, etc. para apoyar a las familias con recursos económicos, de tiempo y de otro tipo, y también para *promover la calidad de vida y de convivencia familiar a través del ejercicio positivo del rol parental*. Todo ello con la finalidad de garantizar los derechos de formación y trato de los niños como personas y ciudadanos. Entre estos derechos se destacan el de protección, participación y expresión, así como el de ser escuchados y tenidos en cuenta.

2. PARENTALIDAD POSITIVA

Las Recomendaciones Europeas comentadas llevan, por tanto, a establecer medidas de apoyo a las familias que contribuyan a fomentar en ellas el ejercicio positivo del rol parental.

Este *desempeño positivo del rol parental* es definido en las Recomendaciones del Consejo de Europa (2006)³ como «el conjunto de conductas parentales que procuran el bienestar de los niños y su desarrollo integral desde una perspectiva de cuidado, afecto, protección, enriquecimiento y seguridad personal, de no violencia, que proporciona reconocimiento personal y pautas educativas e incluye el establecimiento de límites para promover su completo desarrollo, el sentimiento de control de su propia vida y puedan alcanzar los mejores logros tanto en el ámbito familiar como académico, con los amigos y en el entorno social y comunitario» («*Positive Parenting*»: *Refers to parental behaviour based on the best interests of the child that is nurturing, empowering, non-violent and provides recognition and guidance which involves setting of boundaries to enable the full*

2 Comunicado Final y Declaración Política de los Ministerios Europeos con competencias en Asuntos Familiares: Reunión 28, Lisboa, Portugal, 16-17 Mayo, 2006.

3 Council of Europe Document (p.2): *Recommendation Rec(2006)19 of the Committee of Ministers to Member States on Policy to Support Positive Parenting*. Adopted by the Committee of Ministers on 13 December 2006 at the 983rd Meeting of the Ministers' Deputies.

development of the child... to achieve their best at home, in school, with friends and in community).

Para ello se requiere la actuación conjunta de ambos padres, de modo que se espera que se impliquen por igual y de manera activa en la educación de sus hijos.

Entre las actuaciones parentales positivas que destacan las Recomendaciones del Consejo de Europa por sus efectos beneficiosos sobre el desarrollo de los niños, se encuentran las mencionadas en la tabla 2.

Tabla 2: *Actuaciones parentales positivas que destacan las Recomendaciones del Consejo de Europa por sus efectos beneficiosos sobre el desarrollo de los niños*

Actuaciones parentales positivas que destacan las Recomendaciones del Consejo de Europa por sus efectos beneficiosos sobre el desarrollo de los niños
<ul style="list-style-type: none">• Proporcionar afecto y apoyo.• Dedicar tiempo para interactuar con los hijos.• Comprender las características evolutivas y de comportamiento de los hijos a una determinada edad.• Establecer límites y normas para orientar el adecuado comportamiento de los hijos y generar expectativas de que cooperarán en su cumplimiento.• Comunicarse abiertamente con los hijos, escuchar y respetar sus puntos de vista, y promover su participación en la toma de decisiones y en las dinámicas familiares.• Reaccionar ante sus comportamientos inadecuados proporcionando consecuencias y explicaciones coherentes y evitando castigos violentos o desproporcionados.

Fuente: Elaboración propia adaptada del Council of Europe Document: *Recommendation Rec(2006)19 of the Committee of Ministers to Member States on Policy to Support Positive Parenting* (Adopted by the Committee of Ministers on 13 December 2006 at the 983rd Meeting of the Ministers' Deputies).

El Consejo de Europa recomienda que estas actuaciones parentales positivas sean promovidas y apoyadas institucionalmente a tra-

vés de *servicios y programas educativos* que tengan en cuenta las necesidades específicas de las familias, tanto en lo que respecta a la consideración de los diversos ciclos evolutivos de la vida familiar y edades de los hijos, como a su diversidad: características socio-económicas, laborales, culturales, tipología monoparental o biparental, personas con enfermedad, discapacidad, adicciones, u otras situaciones que presenten necesidades específicas.

Entre los *servicios y acciones* que se están llevando a cabo actualmente en los Estados Miembros de la Unión Europea para apoyar a las familias en el ejercicio positivo de su rol parental, cabe destacar seis líneas de actuación⁴, que se resumen en la tabla 3.

Tabla 3: *Servicios y acciones de los Estados Miembro de la Unión Europea para apoyar a las familias en el ejercicio positivo de su rol parental*

Servicios y acciones de los Estados Miembro de la Unión Europea para apoyar a las familias en el ejercicio positivo de su rol parental
<ol style="list-style-type: none">1. <i>Servicios y centros locales</i>, que proporcionan orientación, consejo y programas educativos como medidas preventivas de alcance general para todas las familias, informando a los padres y madres sobre pautas educativas a seguir con los hijos y en la relación de pareja.2. <i>Líneas de Ayuda</i>, que tienen como finalidad establecer contactos entre los padres.3. <i>Programas educativos para padres y madres</i> que tienen hijos en distintas etapas evolutivas.4. <i>Iniciativas para promover la formación académica y el desarrollo de los niños</i>, que pueden ser clasificadas en tres grandes categorías: 1) programas dirigidos específicamente a los niños para estimular su rendimiento académico y prevenir el abandono escolar, 2) programas dirigidos específicamente a los padres y madres para que puedan desarrollar estrategias parentales positivas que contribuyan a la mejora del rendimiento académico de sus hijos, y 3) programas dirigidos a fomentar la cooperación entre los centros académicos y las familias.5. <i>Servicios y programas dirigidos a colectivos de familias con situaciones y necesidades específicas o en posible situación de riesgo</i>: inmi-

⁴ Recommendation Rec(2006)19 of the Committee of Ministers to Member States on Policy to Support Positive Parenting. Explanatory Report.

grantes, minorías étnicas, personas con discapacidad, familias con hijos adolescentes, familias con dificultades socio-económicas, etc.

6. *Servicios de protección de los derechos de la infancia*, como los proporcionados por Save the Children y otras entidades con fines similares.

Fuente: Elaboración propia adaptada de la *Recommendation Rec(2006)19 of the Committee of Ministers to Member States on Policy to Support Positive Parenting*. Explanatory Report.

También se plantea la conveniencia de organizar acciones formativas con *metodologías grupales* que permitan a los padres y madres compartir y contrastar sus experiencias parentales y apoyarse mutuamente en la adquisición de estrategias educativas que eviten, entre otras cosas, el empleo de métodos violentos con los niños.

3. PROGRAMA-GUÍA PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS EMOCIONALES, EDUCATIVAS Y PARENTALES COMO RECURSO DE APOYO A LAS FAMILIAS PARA EL EJERCICIO POSITIVO DEL ROL PARENTAL

Entre los programas y servicios existentes que contribuyen a fomentar el ejercicio positivo del rol parental se encuentra el *Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales* diseñado por Martínez González (2009) y publicado por el Ministerio de Sanidad y Política Social.

Este programa constituye una medida de apoyo socio-educativo dirigido a todo tipo de familias, con independencia de su tipología, estructura, dinámica interna o ciclo vital. Se trata de una actuación dirigida tanto a familias normalizadas como a familias en situaciones especiales –desfavorecidas o en riesgo–, con un enfoque fundamentalmente preventivo y comunitario y basado, entre otras, en dos estrategias fundamentales: 1) fomentar los puntos fuertes y las potencialidades de las familias y de las personas, evitando centrarse solo en sus limitaciones y carencias (McKnight, Kretzmann, 1990) y 2) promover redes sociales de apoyo comunitario, dado que parte de una perspectiva de intervención comunitaria con base en la prevención primaria.

Con esta línea de actuación comunitaria y de prevención primaria se intenta dar respuesta a las necesidades de asesoramiento educativo manifestadas por padres y madres en diversos contextos profesionales y de interacción (centros escolares, centros de salud-pediatría, centros sociales, etc.) e identificadas también a través de estudios de investigación (Bornstein, 2002; Carrobles y Pérez Pareja, 2001; Lozano, 2003; Maganto y Bartau, 2004; Máiquez, Rodrigo, Capote y Vermaes, 2000; Martínez González, 1994, 1998; Martínez González y Pérez Herrero, 2004; Martínez González, Pérez Herrero y Álvarez Blanco, 2007).

La finalidad de este programa educativo es asesorar a las familias sobre contenidos y estrategias que les permitan desarrollar competencias emocionales, educativas y parentales necesarias para afrontar los retos cotidianos de la vida familiar. En términos generales, el Programa-Guía incluye acciones dirigidas a: 1) mejorar el conocimiento de los padres y madres sobre las características evolutivas de sus hijos, 2) desarrollar estrategias sobre estilos educativos positivos (educación familiar) y 3) facilitar afrontar las dificultades y conflictos cotidianos que se producen en el seno familiar.

Con el desarrollo de este Programa-Guía se pretende ayudar a las familias a entender mejor su función socializadora con respecto a los hijos, y a contribuir, por tanto, a que los padres y madres se sientan más competentes para cumplir con la expectativa de generar capital social y de educar a sus hijos como ciudadanos responsables, respetuosos con las normas y demandas sociales, y cooperativos en el esfuerzo común de promover el desarrollo social.

En este Programa-Guía se abordan diversas dimensiones de contenido que puede ser adaptado a las distintas etapas evolutivas de la familia según la edad de los hijos. El desarrollo de estas dimensiones de contenido lleva asociado un conjunto de *estrategias transversales básicas y fundamentales para el desarrollo de valores y competencias emocionales* tanto en los padres y madres como en los hijos, cuya relación se expone en la tabla 4. *Estas estrategias se consideran básicas y transversales porque permiten a los padres y madres orientar sus acciones en diversos campos de actuación de interés tanto para las familias como para la sociedad*, como por ejemplo: fomento de la corresponsabilidad doméstica y de la educa-

ción de los hijos, desarrollo de hábitos de alimentación saludables, prevención del consumo de drogas, fomento de la lectura y de los hábitos de estudio, prevención del abandono y del fracaso escolar, utilización adecuada del tiempo libre, etc.

Tabla 4: Dimensiones de Contenido, Estrategias, Valores y Competencias a promover con el Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales

Dimensiones de Contenido, Estrategias, Valores y Competencias a promover con el Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales		
Dimensiones de Contenido	Estrategias	Valores y Competencias
<p>ETAPA DE DESARROLLO DE LOS HIJOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo son nuestros hijos dependiendo de la edad que tengan 	Ajuste de Expectativas	<ul style="list-style-type: none"> • Autoconciencia Emocional • Empatía • Respeto Mutuo • Cooperación • Responsabilidad
<p>NECESIDAD DE ATENCIÓN, RESPETO, AFECTO Y RECONOCIMIENTO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo comprender el comportamiento de nuestros hijos 	Comportamiento Cooperativo, No Conflictivo	<ul style="list-style-type: none"> • Empatía • Valoración adecuada de uno mismo • Respeto Mutuo • Cooperación • Responsabilidad • Tolerancia a la frustración
	Comportamiento No Cooperativo, Conflictivo No hacer lo que se espera	<ul style="list-style-type: none"> • Valoración adecuada de uno mismo • Empatía • Relajación • Tolerancia a la frustración • Autorregulación emocional

<p>AUTO-ESTIMA Y ASERTIVIDAD:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo sentirnos bien y seguros como padres y madres • Cómo conseguir que nuestros hijos se sientan bien y confíen en nosotros y en sí mismos 	<p>Lenguaje Positivo y Motivador (Verbal, Paraverbal y Gestual)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Valoración adecuada de uno mismo • Confianza y seguridad en uno mismo. Asertividad • Tolerancia a la Frustración • Adaptabilidad • Empatía • Motivación Logro • Iniciativa
<p>COMUNICACIÓN ASERTIVA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo escuchar y ponerse en el lugar del otro para entendernos mejor • Cómo expresarnos de manera positiva 	<ul style="list-style-type: none"> • Escucha Activa • Mensajes YO 	<ul style="list-style-type: none"> • Valoración adecuada de uno mismo • Tolerancia a la frustración • Empatía • Respeto Mutuo • Comunicación Asertiva • Influencia Social • Liderazgo • Establecer Vínculos
<p>RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo ayudar a nuestros hijos para que puedan resolver sus propios problemas • Cómo llegar a acuerdos con nuestros hijos 	<ul style="list-style-type: none"> • Exploración de alternativas • Negociación 	<ul style="list-style-type: none"> • Resolución de problemas • Tomar decisiones • Asumir consecuencias • Responsabilidad • Trabajo en Equipo y en Colaboración
<p>DISCIPLINA: LÍMITES, NORMAS Y CONSECUENCIAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cómo mejorar el comportamiento de nuestros hijos y fomentar su autorregulación con disciplina: Límites, normas y consecuencias 	<ul style="list-style-type: none"> • Consecuencias Coherentes • Persistencia • Premios y Castigos 	<ul style="list-style-type: none"> • Asumir consecuencias • Responsabilidad • Autorregulación del comportamiento

Fuente: Martínez González (2009).

3.1. Estructura de las Sesiones, Metodología de desarrollo y Número de participantes recomendados

Dadas las dimensiones de contenido de este Programa-Guía, se proponen once sesiones para su desarrollo, como se indica en la tabla 5. De ellas, nueve abordan los contenidos específicos del programa, y dos más, la primera y la última, se dedican a efectuar la *evaluación inicial* y *final* del programa. La primera sesión tiene como objetivos presentar el programa a los padres y madres que van a participar en él, identificar sus necesidades específicas de formación para el desarrollo positivo del rol parental y propiciar la cohesión del grupo. Esta evaluación inicial permite ajustar el desarrollo del Programa-Guía a las características de los participantes.

En la última sesión se efectúa la evaluación final para valorar el grado de satisfacción, utilidad y eficacia alcanzado respecto a los objetivos previstos. De igual modo, se analizan las limitaciones detectadas para introducir mejoras en futuras ediciones de aplicación del programa.

Tabla 5: *Sesiones del Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales*

Sesiones del Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales	
Sesión	Dimensiones de Contenido
Sesión 1	INTRODUCCIÓN. EXPECTATIVAS FORMATIVAS DE LOS PADRES Y MADRES: Qué vamos a aprender
Sesión 2	CARACTERÍSTICAS DE LA ETAPA EVOLUTIVA Y DE DESARROLLO DE LOS HIJOS: Cómo son nuestros hijos dependiendo de la edad que tengan
Sesión 3	NECESIDAD DE ATENCIÓN, RESPETO, AFECTO Y RECONOCIMIENTO: Cómo comprender el comportamiento de nuestros hijos
Sesión 4	AUTO-ESTIMA Y ASERTIVIDAD EN LOS PADRES Y MADRES: Cómo sentirnos bien y seguros como padres y madres
Sesión 5	AUTO-ESTIMA Y ASERTIVIDAD EN LOS HIJOS: Cómo conseguir que nuestros hijos se sientan bien y confíen en nosotros y en sí mismos

Sesión 6	COMUNICACIÓN ASERTIVA (I): ESCUCHA ACTIVA Y EMPATÍA: Cómo escuchar y ponerse en el lugar del otro para entendernos mejor
Sesión 7	COMUNICACIÓN ASERTIVA (II): EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS Y OPINIONES: Cómo expresarnos de manera positiva
Sesión 8	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS (I). APOYO PARENTAL A LOS HIJOS PARA LA RESOLUCIÓN DE SUS PROPIOS PROBLEMAS Cómo ayudar a nuestros hijos para que puedan resolver sus propios problemas
Sesión 9	RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS (II): PROCESOS DE NEGOCIACIÓN Y DE ESTABLECIMIENTO DE ACUERDOS ENTRE PADRES Y MADRES E HIJOS Cómo llegar a acuerdos con nuestros hijos
Sesión 10	DISCIPLINA PARA LA AUTORREGULACIÓN. LÍMITES, NORMAS Y CONSECUENCIAS: Cómo mejorar el comportamiento de nuestros hijos y fomentar su autorregulación con Disciplina: Límites, Normas y Consecuencias
Sesión 11	EVALUACIÓN FINAL DEL DESARROLLO DEL PROGRAMA: Qué hemos aprendido y cómo nos hemos sentido

Fuente: Martínez González (2009).

Si bien originalmente se proponen once sesiones para desarrollar el Programa-Guía, el número final de ellas a impartir en cada momento podrá ser adaptado en función de las posibilidades de tiempo de las personas que participen y del presupuesto que se invierta en su desarrollo. En caso de que las once sesiones propuestas no lleguen a impartirse en su totalidad, los profesionales encargados de impartir el programa habrán de seleccionar y adaptar los contenidos y recursos para que las habilidades y competencias parentales a fomentar puedan ser abordadas hasta el máximo posible en el tiempo disponible.

La *temporalización* entre sesiones con que se sugiere desarrollar el Programa-Guía es semanal. Una semana parece el tiempo adecuado para que los padres y madres puedan reflexionar sobre lo tratado en cada sesión e intenten poner en práctica las habilidades y estrategias propuestas, de modo que puedan probar su efectividad. En cada sesión siguiente los participantes tendrán oportunidad de comentar sobre ello.

La duración prevista para cada sesión es de dos horas, una vez preparada la sala de trabajo.

La metodología de actuación que se propone para el desarrollo de este Programa-Guía es *cooperativa entre iguales, experiencial, participativa, y basada en dinámica de grupos* –tal como sugieren las recomendaciones europeas– coordinados por un profesional experto en Orientación e Intervención Educativa para la Vida Familiar. A través de esta metodología, los padres y madres participan con sus opiniones, experiencias, y puntos de vista acerca del tema tratado en cada sesión; comparten y contrastan sus preocupaciones y estrategias parentales, de modo que se aconsejan y aprenden unos de otros, lo que les ayuda a liberar tensiones y sentimientos de culpa, y les permite relativizar sus puntos de vista acerca de cómo se puede ejercer la función parental.

Dadas las características de esta metodología se sugiere trabajar con un número grupal de participantes que no exceda de 20.

Esta metodología grupal puede reconducirse hacia otra de carácter individual cuando se requiera trabajar con familias que presenten necesidades específicas o que estén en situación de riesgo social y precisen una intervención más personalizada.

4. ALGUNOS RESULTADOS OBTENIDOS TRAS APLICAR EL PROGRAMA-GUÍA

A continuación se ofrecen algunos resultados obtenidos al desarrollar recientemente el Programa-Guía en tres ediciones con una muestra global de 41 padres y madres con hijos adolescentes.

Los resultados que se ofrecen proceden de datos obtenidos al realizar la evaluación inicial y final del programa en la primera y última sesión respectivamente, a través de la aplicación de un cuestionario con respuestas en escala tipo Likert de cuatro alternativas (desde Totalmente de Acuerdo a Totalmente en Desacuerdo). El contenido evaluado en dicho cuestionario hace referencia a competencias parentales asociadas a las diversas dimensiones de contenido tratadas en el Programa-Guía.

4.1. Perfil de la muestra analizada

El número total de padres y madres que iniciaron su participación en las tres ediciones comentadas del Programa-Guía ha sido 41, de los cuales, 38 participaron también en la última sesión dedicada a la evaluación de la actividad formativa.

Un resumen de las características del perfil de la muestra se encuentra en la tabla 6.

Tabla 6: Perfil Socio-Demográfico de los participantes en el desarrollo del Programa-Guía

Perfil Socio-Demográfico de los participantes en el desarrollo del Programa-Guía		
	Al iniciar el Programa	Al concluir el Programa
Sexo	85.4% mujeres y 14.6% hombres	73.6% mujeres y 23.7% hombres
País de Procedencia	Todas las personas, excepto un padre de origen argentino, son de nacionalidad española	
Nivel de Estudios	61% Estudios de Formación Profesional y/o Bachillerato 26.8% Universitarios 12.2% Primarios	57.9% Estudios de Formación Profesional y/o Bachillerato 28.9% Universitarios 13.2% Primarios
Estado Civil	82.9% casados 9.8% viudos 4.9% divorciados 2.4% pareja de hecho	84.2% casados 7.9% viudos 5.3% divorciados 2.6% pareja de hecho
Tipología Familiar	78% familias biparentales 14.6% monoparentales 4.9% reconstituidas 2.4% otras formas de convivencia	78.9% familias biparentales 15.8% monoparentales 2.6% familias reconstituidas y otras formas de convivencia
Número de Hijos	46.3% un hijo 43.9% dos hijos 9.8% tres hijos	44.7% dos hijos 42.1% un hijo 13.2% tres hijos
Situación Laboral	53.7% trabajo remunerado 46.3% sin trabajo remunerado	57.9% trabajo remunerado 42.1% sin trabajo remunerado

Como se aprecia en la tabla, la participación es **mayoritariamente** de madres, casadas, de nacionalidad española, que forman parte de familias biparentales, con estudios de Formación Profesional y/o Bachillerato, con uno o dos hijos, con una situación laboral que se reparte casi equitativamente entre quienes desempeñan un trabajo remunerado fuera del hogar y quien no lo desempeña.

4.2. Principales preocupaciones de los padres y madres con respecto a la educación de sus hijos

Antes de iniciarse el desarrollo del Programa-Guía, los padres y madres plantearon, entre otras, las siguientes prioridades en sus *preocupaciones* y *expectativas* con respecto a la educación de sus hijos: adquisición de responsabilidad y autonomía personal, respeto, valores, deseo de que los hijos sean felices, los estudios (motivación, esfuerzo, calificaciones...), la influencia de las amistades, consumo de drogas, etc. Algunos de los participantes explicitaron sus dudas y preocupación sobre el ejercicio del rol parental como se recoge en la tabla 7.

Tabla 7: Principales preocupaciones de los padres y madres participantes en el desarrollo del Programa-Guía con respecto a la educación de sus hijos adolescentes

Principales preocupaciones de los padres y madres con respecto a la educación de sus hijos adolescentes

Valores

- Que sean buenas personas
- La apatía, la desgana...La falta de valores
- Que tenga una buena base para afrontar con éxito los retos de la vida y pueda sentirse seguro y feliz
- Que sean en su vida unas personas honestas, responsables y respetuosas
- Transmitirle valores de respeto, tolerancia, comprensión, esfuerzo...
- Que se sienta feliz
- Que tengan su propia personalidad
- Que se conozcan bien y se respeten a sí mismos

Formación

- Los Estudios, Los Deberes
- Responsabilidad
- Formación personal
- Su formación académica y laboral
- Que tenga criterio para saber elegir
- Que tengan su futuro resuelto

Relaciones Sociales

- Su círculo de amistades
- Drogas
- La sociedad que hemos construido

Relaciones Padres-Madres-Hijos

- Me preocupa y tengo duda de si lo estaré educando bien
- Que tengamos buena comunicación
- Cómo poder ganármelos sin tener que reñir tanto
- No perder la relación con él
- Saber guiarle correctamente por la vida

En líneas generales, los padres y madres manifiestan estar preocupados e incluso a veces desconcertados con respecto a cómo educar a sus hijos adolescentes. Ello provoca en ocasiones cierto sentimiento de inseguridad, fracaso personal o, incluso, de culpabilidad que puede llegar a condicionar la dinámica familiar.

4.3. Principales competencias desarrolladas por los padres y madres tras participar en el desarrollo del Programa-Guía

Las respuestas emitidas por los padres y madres en el cuestionario de evaluación inicial y final, permiten establecer que tras finalizar el desarrollo del Programa-Guía se sienten más competentes en el empleo de:

- *Estrategias de auto-regulación y relajación personal.* En la tabla 8 se aprecia que el programa ha proporcionado una información eficaz que permite a los padres y madres relajarse y controlar más sus emociones: se advierte una ganancia de 29 puntos porcentuales al respecto. Además, disminuye en 31.1

puntos porcentuales su tendencia a reñir y vocear a sus hijos adolescentes, lo que implica incorporar un estilo de comunicación más asertivo y respetuoso y menos agresivo y ofensivo en la dinámica familiar.

Tabla 8: *Ganancia porcentual en Competencias Parentales de Auto-regulación y Relajación Personal*

Competencias de Auto-Regulación y Relajación Personal			
	Antes de la formación	Después de la formación	Ganancia porcentual en Competencias Parentales (Después-Antes)
Los padres y madres consideran que tienen información adecuada sobre cómo relajarse y controlar sus emociones	31% ⁵	50%	29% Incrementa la información de los padres y madres sobre cómo relajarse y controlar sus emociones
Los padres y madres suelen expresar sus emociones de forma explosiva (riñas y voces)	73.2 %	42.1%	31.1% Disminuye la tendencia de los padres y madres a expresar sus emociones con sus hijos de forma explosiva (riñas y voces)

- *Estrategias de establecimiento de Normas, Límites y Consecuencias.* En la tabla 9 se aprecia que éste es uno de los mayores aprendizajes que parecen haber adquirido los padres y madres que han participado en estas tres ediciones de desarrollo del Programa-Guía, puesto que se aprecia una ganancia de 55.4 puntos porcentuales en el conocimiento sobre cómo controlar y poner límites a los comportamientos de sus hijos.

⁵ Porcentajes asociados a las respuestas «Muy de Acuerdo» y «De Acuerdo» en la escala Likert de los cuestionarios administrados.

Tabla 9: *Ganancia porcentual en Competencias Parentales de establecimiento de Normas, Límites y Consecuencias*

Competencias para establecer Normas, Límites y Consecuencias			
	Antes de la formación	Después de la formación	Ganancia porcentual en Competencias Parentales (Después-Antes)
Los padres y madres creen que en el momento actual tienen información adecuada sobre cómo controlar y poner límites a los comportamientos de sus hijos	34.1%	89.5%	55.4% Incrementa el conocimiento de los padres y madres sobre cómo controlar y poner límites a los comportamientos de sus hijos

- *Estrategias de gestión positiva de los conflictos (negociación) mediante la utilización de las habilidades de comunicación como la escucha activa y los mensajes-yo.* La tabla 10 resume las ganancias porcentuales en la adquisición de estas competencias: 48.4 puntos en el *estilo de comunicación asertiva* evitando la agresiva y ofensiva, 58.1 puntos en conocimientos sobre *cómo llegar a acuerdos con los hijos* y 8.5 puntos en *tendencia a no imponerse* para solucionar los problemas.

Tabla 10: *Ganancia porcentual en Competencias Parentales para la Resolución Positiva de Conflictos*

Estrategias de Gestión Positiva de Conflictos			
	Antes de la formación	Después de la formación	Ganancia porcentual en Competencias Parentales (Después-Antes)
Los padres y madres consideran que tienen información adecuada sobre cómo decir las cosas para evitar ofender	46.3%	94.7%	48.4% Incrementa la tendencia a expresarse de manera asertiva, sin ofender a los demás
Los padres y madres consideran que en la actualidad disponen de información adecuada sobre cómo llegar a acuerdos con sus hijos para solucionar los problemas que puedan surgir	36.6 %	94.7%	58.1% Incrementa el conocimiento sobre cómo llegar a acuerdos con los hijos
Los padres y madres se imponen para controlar la situación cuando sus hijos intentan imponerse para conseguir algo	29.3%	20.8%	-8.5% Disminuye la tendencia a imponerse a los hijos para solucionar los problemas

- *Estrategias para desarrollar la autoestima de los propios padres y madres y la de sus hijos.* Algunos padres y madres dudaban al inicio del programa del grado de calidad de su propio ejercicio parental. Su participación en el desarrollo del programa parece haber resultado de utilidad, dado que disminuye en 14.2 puntos porcentuales su *tendencia a sentir fracaso y sentimiento de culpa como educadores de sus hijos cuando éstos tienen malos rendimientos académicos o comportamientos inadecuados*. Asimismo, incrementa en 20.6 puntos *su valoración sobre cómo están educando a sus hijos*, en 10.3 puntos el *sentimiento de competencia personal para desarrollar la fun-*

ción parental, y en 23.1 puntos su tendencia a adoptar una perspectiva más positiva ante situaciones conflictivas, adversas y/o de frustración.

Tabla 11: *Ganancia porcentual en Competencias Parentales para desarrollar la Autoestima propia y la de los hijos*

Estrategias para el desarrollo de la autoestima de los propios padres y madres y de sus hijos			
	Antes de la formación	Después de la formación	Ganancia porcentual en Competencias Parentales (Después-Antes)
Los padres y madres piensan que están fallando al educar a sus hijos cuando éstos tienen malos rendimientos académicos o comportamientos inadecuados	53.7%	39.5%	-14.2% Disminuye el sentimiento de culpa y fracaso personal de los padres y madres
Los padres y madres tienen una buena opinión de sí mismos como padres y madres	61 %	81.6%	20.6 % Mejora la valoración de los padres y madres sobre cómo están educando a sus hijos
Los padres y madres se sienten capaces de desarrollar con sus hijos el rol parental	85.4%	95.7%	10.3% Incrementa el sentimiento de competencia personal para desarrollar la función parental
Los padres y madres intentan ver el lado positivo cuando algo no les sale como desean	58.5 %	81.6 %	23.1% Incrementa la tendencia a adoptar una perspectiva más positiva ante situaciones conflictivas, adversas y/o de frustración

Los padres y madres también han informado sobre una larga lista de contenidos y estrategias parentales que les parecen muy relevantes tras participar en el desarrollo del Programa-Guía (Tabla 12).

Tabla 12: *Contenidos y estrategias parentales más valoradas por los padres y madres tras participar en el desarrollo del Programa-Guía*

Contenidos y estrategias parentales más valoradas por los padres y madres tras participar en el desarrollo del Programa-Guía	
Tratar a los hijos con asertividad	Tolerancia
Autocontrol: imprescindible para una buena relación	Actuar ante situaciones delicadas
Hay que respetar a nuestros hijos	He aprendido a controlar mi voz
	La importancia de la empatía, de ponerse en el lugar del otro
Como aumentar la Autoestima	Paciencia
Resolución de problemas con alternativas	No olvidar lo positivo en las situaciones difíciles
La importancia del respeto en las relaciones	Delegar, dejar, escuchar activamente, alternativas y soluciones
La importancia de la comunicación y la escucha activa. Escuchar y atender más sus inquietudes y problemas	Cómo actuar cuando se presentan conflictos con los hijos
No soy tan mala madre	He aprendido a hacer frente a problemas con mi hijo
Aprender a escuchar, respetar y valorar a mi hija	Relajación y autocontrol: conceptos muy importantes
Elevación del nivel de consciencia de relación con los hijos	La negociación
He aprendido que hay que poner límites	Descartar sentimientos de culpa
Lo importante que es la comunicación en la educación	La responsabilidad con afectividad
A aceptar mis limitaciones, imperfecciones	Pensar que mis hijos también tiene limitaciones

4.4. Valoración de la metodología y dinámica de desarrollo del Programa-Guía y de su potencialidad para influir positivamente en otros destinatarios

Los padres y madres han valorado como positivo haber tenido la *oportunidad de intercambiar experiencias*, opiniones y consejos con otros padres y madres con hijos adolescentes. A este respecto unas madres plantean que les ha agradado:

- «Ver que los problemas que tengo con mi hija son semejantes a los de otros padres o madres con sus hijos».
- «Conocer gente con niños de la edad del mío».
- «El escuchar problemas que tienes tú por parte de un profesional y oír a otras personas con tus mismos problemas».

Asímismo, la labor desarrollada por *la docente* ha sido calificada como satisfactoria, destacándose algunas características tales como la formación, la capacidad y claridad comunicativas, paciencia y estimulación a la participación por parte de los asistentes.

En la tabla 13 se resumen los aspectos que más han agradado a los participantes con respecto a su participación en el desarrollo del Programa-Guía y aquellos otros que, según su parecer, podrían mejorarse en futuras ediciones.

Tabla 13: Aspectos de más agrado y aspectos a mejorar en el desarrollo del Programa-Guía

Aspectos que más han agradado a los participantes

Competencias Parentales

- Respeto, autocontrol y autoestima. Mi autoestima ha subido.
- Saber controlar situaciones cotidianas con mis hijos.
- Aprender a tratar a los hijos y a las personas con asertividad para evitar ofender.
- Intentar no gritar para solucionar las cosas con calma.
- Saber valorar la importancia de comunicarnos con nuestros hijos.
- He aprendido cosas que aunque las sabes no las aplicas o no las sabes cómo aplicar.
- El hacernos ver que hay aspectos que no sabemos ver en nuestros hijos.
- La idea de no ser perfectos, de tener derecho a equivocarnos y no sentirnos culpables por ello.

Ambiente y Metodología Didáctica y Grupal

- El ambiente relajado y participativo de los participantes.
- El trabajo en equipo. Intercambiar vivencias con otros padres en similares circunstancias.
- Fue muy ameno y muy útil para ver las situaciones diarias de otro modo.
- El escuchar problemas que tú tienes por parte de un profesional y oír a otras personas con tus mismos problemas.
- Compartir experiencias. Comprobar que en todo hay cosas positivas de las que se puede aprender y ser consciente una vez más de que tengo un hijo estupendo que me hace muy feliz.
- La capacidad de hacernos participar para lograr entender a nuestros hijos y relacionarnos mejor con ellos. En cinco semanas ha conseguido mejorar nuestra relación (padres-hija). Gracias.
- Todos los puntos marcados han sido muy claros y prácticos y se pueden llevar totalmente a la práctica.
- La capacidad didáctica de la ponente. La forma de explicar las cosas con gran sencillez y hacer comprender las cosas para hacer a uno más feliz consigo mismo y con mi hijo.
- Me ha gustado cómo se han tratado los temas y cómo se han explicado.

Aspectos que podrían mejorarse

- Temor a que la falta de presupuesto haga peligrar la continuidad de estos cursos necesarios para mejorar la sociedad en que vivimos.
- Necesitamos más sesiones. La falta de tiempo. Deberían ser más sesiones para tratar los temas más a fondo porque tenemos muchas dudas.
- Habría que hablar más sobre situaciones en el cole, que hacen a los niños creer que son inferiores a los demás y que lo llevan luego arrastrando durante su desarrollo.
- Hay cosas complicadas de cumplir en el día a día y de llevarlas a cabo en la vida habitual.

4.5. Sugerencias de los padres y madres para desarrollar futuras ediciones del Programa-Guía

Los padres y madres han formulado algunas sugerencias a considerar en futuras ediciones de desarrollo del programa, como son:

- Hacer cursos similares con una duración mayor. En este caso la acción formativa se desarrolló durante 5 sesiones de dos horas de duración. Como sugerencia se plantea aumentar el número

de sesiones, incrementar las horas de trabajo asignada a cada una de ellas o bien introducir alguna sesión de seguimiento de la puesta en práctica de las habilidades trabajadas una vez concluido el programa.

- Realizar una formación en temáticas semejantes de manera conjunta con los propios hijos adolescentes.
- Volver a ofertar este mismo Programa-Guía a otras familias.
- Realizar cursos formativos sobre las siguientes temáticas: 1) comprensión y afrontamiento del acoso escolar a nivel emocional y 2) dominio y práctica de estrategias de autocontrol.

5. CONCLUSIÓN

Como conclusión general a establecer a partir de los resultados obtenidos tras desarrollar recientemente el Programa-Guía con padres y madres de hijos adolescentes cabe destacar que su participación les ha permitido dar respuesta a muchas dudas que tenían planteadas con respecto a la educación de sus hijos, especialmente aquellas relacionadas con la gestión positiva de los conflictos. Al mismo tiempo, el programa les ha ayudado a sentirse más capaces y seguros para desarrollar su rol parental y a mejorar su autoestima y asertividad.

Los participantes han apreciado, asimismo, el clima de cordialidad vivido en las sesiones y la posibilidad de intercambiar y contrastar opiniones, experiencias y estrategias educativas que emplean con sus hijos. Han valorado también la actuación de la docente y su capacidad para dinamizar el grupo y propiciar su participación activa en el mismo.

Por otra parte, las personas que han participado sugieren la conveniencia de seguir desarrollando este programa de formación, ampliar el número de sesiones e incorporar también a los hijos, dados los efectos positivos que su participación en el mismo ha supuesto tanto a nivel personal como familiar al poder relacionarse de manera más positiva con los hijos, tal como señala este padre en uno de sus comentarios:

(Padre) «Me ha agradado la capacidad (de la docente) de hacernos participar para lograr entender a nuestros hijos y relacionarnos mejor con ellos. En cinco semanas ha conseguido mejorar nuestra relación (padres-hija)».

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BAUMRID, D. The development of instrumental competence through socialization, en A. D. Pick (De.), *Minnesota Symposium on Child Psychology*. Vol.7. Minneapolis: University of Minnesota Press, 1973.
- BORNSTEIN, M. H. (ed.). *Handbook of Parenting: Volume 1. Children and parenting*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum, 2002.
- CARROBLES, J.A. y PÉREZ PAREJA, J. *Escuela de Padres. Guía práctica para evitar problemas de conducta y mejorar el desarrollo infantil*. Madrid: Pirámide, 2001.
- CONSEJO DE EUROPA. Recommendation Rec(2006)19 of the Committee of Ministers to Member States on Policy to Support Positive Parenting (Adopted by the Committee of Ministers on 13 December 2006 at the 983rd Meeting of the Ministers' Deputies), 2006.
- LOZANO, A. (2003). Factores personales, familiares y académicos que afectan al fracaso escolar en la educación Secundaria, *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa y Psicopedagógica*, 2003, Vol. 1, nº 1, p. 43-66.
- MCKNIGHT, J. L. & KRETZMANN, J. *Mapping community capacity*. Evanston, Center for Urban Affairs and Policy Research: Northwestern University, 1990.
- MAGANTO, J. M. y BARTAU, I. *Corresponsabilidad Familiar (COFAMI): Cómo fomentar la cooperación y la responsabilidad de los hijos*. Madrid: Pirámide, 2004.
- MÁIQUEZ, M. L.; RODRIGO, M. J.; CAPOTE, C. y VERMAES, I. *Aprender en la vida cotidiana. Un programa experiencial para padres*. Madrid: Visor, 2000.
- MARTÍNEZ GONZÁLEZ, R. A. Familia y educación formal. Implicación de la familia en el proceso de enseñanza-aprendizaje, en Centro de Investigación, Documentación y Evaluación, *Premios Nacionales de Investigación e Innovación Educativa 1992*. Madrid, Ministerio de Educación y Ciencia, 1994, p.539-561.
- MARTÍNEZ GONZÁLEZ, R. A. The challenge of parenting education: New demands for Spanish schools. *Childhood Education. Infancy through early adolescence. International Perspectives on School-Family-Community Partnership*. International Focus Issue, 1998, Vol. 74, nº 6, p. 351-354.
- MARTÍNEZ GONZÁLEZ, R. A. y PÉREZ HERRERO, H. Evaluación e intervención educativa en el campo familiar. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 2004, Vol.15, nº 1, p. 89-104.
- MARTÍNEZ GONZÁLEZ, R. A.; PÉREZ HERRERO, M. H. y ÁLVAREZ BLANCO, L. *Estrategias para prevenir y afrontar conflictos en las relaciones familiares (padres e hijos)*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Colección Observatorio de Infancia, 2007.

Raquel-Amaya Martínez González - Lucía Álvarez Blanco - M.^a del Henar Pérez Herrero

MARTÍNEZ GONZÁLEZ, R.A. *Programa-Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales*, Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social, 2009.

MUSITU, G.; BUELGA, S.; LILA, M. y CAVA, M. J. *Familia y adolescencia*. Madrid: Síntesis, 2001.

NACIONES UNIDAS. Declaración de los Derechos del Niño, aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1959.

PÉREZ DÍAZ, V.; RODRÍGUEZ, J. C. y SÁNCHEZ, L. *La familia española ante la educación de los hijos*. Barcelona: Fundación La Caixa, 2001.