




Resiliencia y parentalidad positiva. Programa de capacitación familiar

M^a Ángeles Hernández Prados – Universidad de Murcia
 José Santiago Álvarez Muñoz – Universidad de Murcia
 Virginia Fernández Bonache – Universidad de Murcia

 0000-0002-3617-215X
 0000-0002-9740-6175
 0009-0005-4611-1552

Recepción: 06.04.2023 | Aceptado: 25.04.2023

Correspondencia a través de **ORCID**: José Santiago Álvarez-Muñoz  **0000-0002-9740-6175**

Citar: Hernández Prados, MA, Álvarez Muñoz, JS, & Fernández Bonache, V (2023). Resiliencia y parentalidad positiva. Programa de capacitación familiar. *REIDOCREA*, 12(16), 201-212.

Financiación: This work was supported by the MINECO (Ministerio de Economía, Industria y Competitividad) under Grant number EDU2016-77035-R and the under-Grant number PID2020-113505RB-I00 funded by MCIN/AEI/ 10.13039/501100011033 (Ministerio de Ciencia e Innovación/ Agencia Estatal de Investigación). Área o categoría del conocimiento: Teoría de la Educación

Resumen: La familia adaptativa característica de sociedades dinámicas en constante cambio, deben enfrentarse continuamente a dilemas y situaciones conflictivas para garantizar el ejercicio de la parentalidad positiva. La capacidad de resiliencia y la atención plena son competencias esenciales para tal fin. Sin embargo, aunque existen algunas experiencias formativas previas, no se ha identificado ninguno que aglutine los tres núcleos propuestos: resiliencia, parentalidad positiva y atención plena. Con el objetivo de proporcionar herramientas y estrategias a las familias para fomentar una parentalidad positiva, mejorar la resiliencia familiar y promover la paternidad consciente se presenta en este artículo el diseño de un programa de capacitación de las familias con menores escolarizados en la etapa de educación primaria. Este programa se articula en 10 sesiones organizadas en base a tres núcleos de trabajo: educación emocional, resiliencia familiar y parentalidad positiva desde el trabajo en grupos pequeños con un enfoque metodológico teórico-expositivo y práctico de manera que teoría y práctica convergen en una misma acción educativa. El programa educativo posibilitará un ejercicio saludable de la parentalidad que desembocará en un mejor clima familiar, además de dotar herramientas para la gestión y control de los conflictos, extrayendo aprendizajes de los mismos. De esta forma, esta propuesta supone un aliciente educativo para que la comunidad educativa prosiga diseñando y poniendo en práctica programas para educar la parentalidad, línea de la acción tutorial con las familias que cae en el olvido ante la supremacía de lo académico o burocrático.

Palabra clave: Educación parental

Resilience and positive parenting. Family training programmer

Abstract: The adaptive family, characteristic of dynamic societies in constant change, must continually face dilemmas and conflict situations to ensure positive parenting. Resilience and mindfulness are essential competences for this purpose. However, although there are some previous training experiences, none have been identified that bring together the three proposed cores: resilience, positive parenting and mindfulness. With the aim of providing tools and strategies to families to foster positive parenting, improve family resilience and promote mindful parenting, this article presents the design of a training programmer for families with children attending primary school. This program is articulated in 10 sessions organized around three work nuclei: emotional education, family resilience and positive parenting through work in small groups with a theoretical-expositional and practical methodological approach so that theory and practice converge in the same educational action. The educational programmer will enable a healthy exercise of parenting that will lead to a better family climate, as well as providing tools for the management and control of conflicts, extracting lessons from them. In this way, this proposal is an educational incentive for the educational community to continue designing and putting into practice programmers to educate parentally, a line of tutorial action with families that has been forgotten in the face of the supremacy of academic or bureaucratic matters.

Keyword: Parental Education

Introducción

En las últimas décadas, los cambios sociales, culturales y económicos han impulsado diversas transformaciones en la vida familiar, planteando nuevos desafíos parentales a la hora de cumplir con sus funciones educativas y de cuidado (Ayuso-Sánchez, 2019).

Y todavía se complica más en tiempos post-pandémicos, en familias multi-problemáticas, y ante la escasez de recursos y oferta formativa destinada a las familias a paliar la diversidad de barreras personales, técnicas, logísticas y financieras detectadas (Padilla et al., 2023; Mota et al., 2021). La escolarización de los hogares derivó en un acompañamiento parental continuado difícil de compatibilizar con el teletrabajo, lo que incrementó los niveles de ansiedad (Dong et al., 2020; Hernández-Prados y Álvarez-Muñoz, 2021). Igualmente, la tarea de educar de forma positiva a un menor con necesidades educativas especiales complica aún más las cosas a las familias y puede ser estresante y desafiante, por lo que los servicios de apoyo son extremadamente necesarios (Padilla et al., 2023).

La parentalidad entendida como el cuidado, apoyo y acompañamiento de los miembros de la unidad familiar en la diversidad de temas y problemas que afrontan diariamente (Pérez-Bóveda y Yániz, 2015) es diversa en sí misma y se encuentra en constante cambio. Esto significa, como bien nos recuerda Capano et al (2018, p.131) que, “la tarea de ser padres es concebida en todos los casos como una tarea evolutiva, una transición personal y familiar, con sus propios desafíos”. Además, puede ser desempeñada desde diferentes ámbitos (Rodrigo et al., 2015): el plano personal (tarea evolutiva y realización personal); el diádico (vinculación afectiva, confianza y seguridad); relacional (redes de apoyo y relaciones sociales) y comunitario (corresponsabilidad y cohesión social).

Prueba de la diversidad parental, son la variedad de estilos educativos tipificados (Jorge y González, 2017): autoritario, democrático, permisivo, indiferente, sobreprotector, rechazante o negligente, entre otros. No todos ellos se consideran pedagógicamente valiosos, su efectividad depende de las necesidades y características individuales del menor y de su impacto en el desarrollo. Generalmente, se considera el estilo democrático el más óptimo, ya que promueve el desarrollo de la inteligencia emocional, habilidades comunicativas, empatía, autoestima, sociabilidad, autocontrol, menor impulsividad y autonomía en la toma de decisiones (Carrillo et al., 2018; Juárez y Fragoso, 2019; Ruiz y Carranza, 2018). Por el contrario, el autoritario, sobreprotector y permisivo suelen ser indicativos de una gestión violenta del conflicto (Pérez et al., 2019). Por ello, el reto educativo consiste en centrar la intervención en la alternativa positiva, abandonando el discurso del déficit de antaño.

La parentalidad positiva es entendida como un estilo de crianza que busca, a través de un enfoque afectivo y respetuoso, promover el bienestar y el desarrollo saludable de los hijos. Según Jiménez e Hidalgo (2016) consiste en una praxis sin violencia en la que prima el reconocimiento y orientación a la vez que el establecimiento de límites para conseguir el máximo potencial de los menores. Contribuye a aumentar la autoestima, la satisfacción en la crianza favorece la adopción del modelo parental democrático y la mejora del clima familiar, y contribuye al desarrollo feliz e integral del menor (Guijarro et al., 2021; Rubio et al, 2020). En definitiva, se trata de un conjunto de actitudes, comportamientos y habilidades parentales adoptados para construir relaciones saludables y enseñar la importancia de los límites y normas y del aprendizaje de valores como la responsabilidad, empatía, resolución de problemas y comunicación efectiva (Martín y Rodrigo, 2013).

Así es, la importancia de la parentalidad positiva y la necesidad de capacitar a las familias en prácticas de crianza adaptadas a las necesidades de los hijos y a su estado evolutivo ya no es objeto de debate. Ahora bien, el ejercicio de la parentalidad positiva requiere la adquisición de habilidades cruciales como la resiliencia. Se define como el “proceso dinámico que permite a los padres desarrollar una relación protectora y sensible ante las necesidades de los hijos/as a pesar de vivir en un entorno potenciador de comportamientos de maltrato” (Rodrigo, 2009, p.52). Es la capacidad de construir su

futuro de forma equilibrada a pesar de las experiencias difíciles, como los traumas experimentados o las carencias afectivas precoces (Rodrigo et al., 2018).

Unos padres resilientes tienen la habilidad de poder asentar un vínculo afectivo sin la necesidad de sobreproteger o procurar de cuidados excesivos y transmitir como filosofía de vida que los desafíos, causantes de dolor o frustración desembocan en un aprendizaje (Cantero y González, 2022). El control emocional parental, según los resultados obtenidos por Hajal y Paley (2020) en la evaluación de un programa formativo para la regulación de las emociones parentales en el contexto del cuidado, basado en el modelo de las emociones de Eisenberg y sus colegas, resulta esencial para el desarrollo emocional del menor y para mediar la resiliencia con problemas de salud del mismo. En definitiva, la resiliencia parental posibilita a los progenitores a tomar con decisiones conscientes y adecuadas para identificar, analizar, enfrentar y superar los desafíos y adversidades de la vida familiar de una manera positiva y constructiva, sin ocasionar daños irreparables a ninguno de los integrantes del núcleo familiar. También implica la capacidad de aprender de las experiencias pasadas y utilizarlas como oportunidades de crecimiento y desarrollo. En definitiva, se trata de padres y madres reflexivos y proactivos en la crianza, sustentando su actuación en criterios pedagógicos positivos.

La parentalidad positiva, eficaz e inteligente, y por ende la resiliencia, no es algo que se desarrolle de forma natural o espontánea, sino que requiere de la capacitación formativa especializada. Desafortunadamente, no existe, al menos en el territorio español, una apuesta decidida hacia la promoción de una cultura formativa de las familias, reduciendo la mayoría de las veces en algo anecdótico y con poco poder de convocatoria. La compleja labor educativa de las familias consistente en generar entornos estructurados con vínculos afectivos y de reconocimiento del otro, que persiga la capacitación del menor educando sin violencia y desde la estimulación, apoyo y atención a las demandas (Torio et al., 2022), no debería regirse exclusivamente por el sentido común, por muy útil que resulte en muchas situaciones cotidianas. La cualificación formativa tan valorada en el ejercicio profesional, ha sido relegada con demasiada frecuencia de los contextos educativos informales como la unidad familiar. Sin embargo, una base sólida y fundamentada en evidencias constatadas científicamente por la literatura previa, es un aspecto importante a considerar cuando se trata de educar a los hijos. Afortunadamente, tras ser evidenciada la complejidad educativa de las familias y el desamparo al que se encontraban expuestas, la ansiada respuesta de ayuda pedagógica comienza a emerger. Los programas formativos para promover la parentalidad positiva se han incrementado recientemente (Rubio et al., 2020).

La preparación para el ejercicio de la parentalidad no es responsabilidad exclusiva de las familias. Si bien es cierto que los padres y madres tienen un papel fundamental en la educación y el cuidado de sus hijos, también es importante que la sociedad en su conjunto, incluyendo el gobierno, las instituciones educativas y otros actores relevantes, contribuyan a crear un entorno que apoye el ejercicio positivo de la parentalidad. Al respecto, el Comité de Ministros del Consejo de Europa emitió en 2006 una recomendación a los Estados miembros sobre políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad, favoreciendo a todas las familias el acceso a los recursos necesarios, tanto las de los hijos como de los progenitores.

Hoy en día, se ha desplazado el discurso sobre parentalidad positiva del cuestionamiento sobre la necesidad de formación familiar, a la pregunta de cómo desempeñarse eficaz y eficientemente. En palabras de Jiménez e Hidalgo (2016), el acento se sitúa en el modo en que tales actuaciones deben llevarse a cabo. Finalmente, sabiendo que difícilmente se puede ser exhaustivo, se describen algunas iniciativas de

capacitación en parentalidad positiva a modo de antecedentes. Por ejemplo, la guía de parentalidad positiva de la Universidad de Oviedo (Torio et al., 2022) destinada a familias consta de cinco núcleos temáticos (autonomía, control, sobreprotección, normas y comunicación), ofreciendo información clara y precisa, ilustrada con imágenes, que invita a la reflexión, así como orientaciones y un cuestionario de evaluación por cada uno de ellos.

La guía presentada por Rodrigo et al. (2015), desarrollada a través de un panel de expertos y varias rondas de validación, es un referente para la creación de buenas prácticas de parentalidad positiva. En ella se establece la necesidad de este tipo de intervención, se definen los objetivos de trabajo, se delimitan los campos de aplicación, se describe el proceso de evaluación y define la estructura del protocolo de buenas prácticas. Además, también incluye 25 posibles acciones de buenas prácticas y sus indicadores de evaluación, junto a un glosario de términos relacionados con este campo de intervención, lo que facilita la comprensión y aplicación. Es importante destacar que la guía presentada por Rodrigo et al. (2015) es un recurso útil para profesionales y especialistas en el campo de la parentalidad positiva, ya que proporciona un marco de referencia para el desarrollo de intervenciones efectivas.

Existen diversas investigaciones que describen y evalúan programas que tienen como objetivo ayudar a los padres y madres a adquirir habilidades y recursos para educar a sus hijos de manera efectiva, positiva y saludablemente. El estudio de Torio et al. (2019) evaluó un programa parental para padres con hijos de 0 a 11 años, en el que se proporcionaron recursos y pautas educativas para mejorar la relación con sus hijos. Los resultados mostraron que los padres participantes en el programa mejoraron su capacidad para educar a sus hijos y se observó un ambiente familiar más positivo.

El programa diseñado y evaluado por Vargas et al. (2018) se enfocó en familias de contextos de vulnerabilidad, para que, mediante talleres prácticos de actividades expositivas, participativas y reflexivas, pudieran cambiar sus creencias sobre la crianza y mejorar sus habilidades parentales respecto a la expresión del afecto, la comunicación verbal y la disciplina. Los resultados mostraron un impacto positivo tanto en el fortalecimiento de la parentalidad positiva, como en el bienestar de los hijos, quienes aumentaron el apego familiar. En definitiva, se han podido evidenciar, como señalan los propios autores que se han dado “cambios positivos en el conocimiento y las creencias acerca de la crianza, la sensibilidad parental, las prácticas de crianza y el apoyo social percibido” (Vargas et al, 2018, p.12).

Programa Experiencial para Padres implementado por Maíquez et al (2000) en familias con diversas problemáticas de Tenerife, consta de 4 módulos repartidos en un total de 12 sesiones y utiliza un enfoque reflexivo-experiencial sobre las acciones educativas propias para favorecer la conciencialización y responsabilidad de las mismas. Se busca fomentar la autoconciencia y la autorreflexión crítica en las madres y padres, a través de la participación activa en actividades y dinámicas grupales que facilitan la reflexión sobre su forma de interactuar con sus hijos, identificando patrones de comportamiento y explorando otras alternativas de crianza. De este modo se consigue una comprensión más profunda de su dinámica familiar.

En lo que respecta a la capacitación en resiliencia parental, el programa de entrenamiento para cuidadores de personas en situación de dependencia de Sánchez y Robles (2015) destinado a contextos familiares con menores con Síndrome de Down reconoce el papel fundamental del padre y la madre como expertos en la atención y cuidado de los hijos con discapacidad, y demostró su potencial para reducir los niveles de estrés. Consta de 12 sesiones semanales de 90 minutos cada una, en un formato

participativo, en las que se utilizan dinámicas de grupo, herramientas audiovisuales y registros de las actividades para casa siguiendo la metodología inductiva y de transferencia de lo aprendido.

Para finalizar, la revisión de los programas de apoyo parental realizada por Capano-Bosch et al. (2018) destacó la funcionalidad de los mismos, siempre que éstos se adapten a las necesidades específicas y características de cada individuo y familia, se centren en aspectos prácticos de la crianza, presenten un carácter eminentemente práctico y de trabajo colaborativo en pequeños grupos. Además, asegurarse de seguir las leyes y regulaciones nacionales y locales, así como los principios y estándares de la ética profesional correspondientes al contexto específico de trabajo, también es esencial al implementar prácticas de parentalidad positiva, ya que ayuda.

La existencia de estos programas no debe ser un impedimento a la continua creación de nuevas posibilidades de aprender a ejercer la parentalidad positiva. Todo lo contrario, las diferentes alternativas favorecen la selección y ajuste a la diversidad de realidades familiares existentes, así como la complementariedad de programas con contenidos aparentemente distintos. Con la intención de contribuir a la potencialización de la parentalidad positiva se presenta el diseño detallado de un programa destinado a las familias.

Objetivos

Para la realización de este programa de educación familiar, titulado “familias más fuertes y unidas”, se planteó un objetivo general y unos objetivos específicos como principios que sustentan la posterior intervención. Además, estos fueron establecidos a raíz de un proceso previo de análisis de necesidades que dotó de sentido y rigor al procedimiento de intervención. En este caso, se estableció como propósito principal fomentar la parentalidad positiva y la resiliencia familiar. A su vez, este objetivo general se articula en una serie de objetivos específicos que demarcan la intervención, estos son:

- OE1: Incrementar el sentimiento de pertenencia hacia el centro educativo de las familias.
- OE2: Mejorar las capacidades de escucha de los progenitores hacia los menores.
- OE3: Adquirir unas mejores habilidades para el reconocimiento, gestión y expresión de las emociones.
- OE4: Favorecer el desarrollo de la empatía entre padres e hijos/as.
- OE5: Potenciar las relaciones comunicativas entre los miembros familiares.
- OE6: Aumentar la expresión del reconocimiento de los padres hacia las buenas acciones de sus hijos/as.
- OE7: Aprender el valor educativo de la disculpa ante las situaciones conflictivas con los menores.

Metodología

Con el propósito de poder garantizar la creación y diseño de un programa de intervención fundamentado y sólido se va a seguir el procedimiento marcado por el ciclo de intervención socioeducativa establecido y detallado por García-Sanz (2012). Este parte de un análisis de necesidades por medio del cual se detectan, jerarquizan y seleccionan las necesidades del contexto para la construcción de la actuación socioeducativa, de manera que dé respuesta a una problemática identificada.

De forma más concreta, en base a la forma de trabajar, se va a partir de un modelo dual: el de Díaz-Aguado (2002) para la instrucción de las habilidades sociales junto al método de trabajo marcado por De Jorge et al. (2012), estableciendo los siguientes principios de praxis para las sesiones de intervención:

- Establecer un esquema de trabajo previo para la presentación del contenido y establecimiento de un primer contacto, inferior a los treinta minutos.
- Incentivar el aprendizaje por observación.
- Se ha de primar la práctica, resulta imposible interiorizar la teoría sin un ejercicio continuado
- Promover el trabajo en equipo, el contacto e interacción es enriquecimiento
- Al finalizar las sesiones se ha de realizar la evaluación para que el establecimiento de un feedback contribuya a reforzar lo positivo y modificar los aspectos a mejorar.

De esta manera, se parte de un sistema mixto de instrucción en el que realizan lecciones magistrales para los modelos teóricos desde la utilización de los soportes digitales combinado con iniciativas prácticas y activas en las que asimilar la teoría desde la praxis diaria. Este enfoque mixto se materializa desde numerosas estrategias, estas son: lectura, análisis y reflexión de los documentos, visión y debate de vídeos y narraciones, dramatizaciones...serie de dinámicas que tienen como finalidad última tomar conciencia de los dramas de pensar y actuar.

Actividades y temporalización

El programa está organizado para la realización de 10 sesiones que se realizan de forma quincenal durante cinco meses, la duración de cada sesión ocupa un rango de 90 a 120 minutos. Cada una de las sesiones se desarrolla en pequeños grupos de 10 a 15 padres o madres de manera que se garantice la atención personalizada y clima de confianza necesarios para un correcto desarrollo de las sesiones, propios de las metodologías experimentales activas.

Dichas sesiones están organizadas en tres bloques, cada uno de ellos hace referencia a una de las dimensiones en base a los contenidos a instruir. Estos contenidos fueron decididos a partir del análisis de las necesidades, extrayendo las problemáticas más comunes entre los padres del contexto de intervención, además de considerar también las bases teóricas vinculadas. De esta forma, en la Tabla 1 se muestra la organización temporal en relación a las dimensiones conceptuales:

Tabla 1. Temporalización programa de intervención "Familias más fuertes y unidas".

Temporalización	Número de sesiones	Contenidos
De octubre a diciembre	6	Bloque 1. Atención consciente: conciencia emocional, autorregulación emocional, empatía y escucha activa.
Enero	2	Bloque 2, Resiliencia familiar: sentimiento de pertenencia.
Febrero	2	Bloque 3. Parentalidad positiva: disculparse con los hijos y estimular el estudio.

Cada una de las actividades garantizan el cumplimiento de diferentes objetivos específicos y, además, desde la progresión y desarrollo total de la intervención se permite el acceso al propósito general preestablecido. En la tabla 2 se detallan cada una de las actividades.

Tabla 2. Desarrollo de sesiones y actividades del programa de intervención “Familias más fuertes y unidas”.

Sesión	Desarrollo
Dimensión 1. Atención consciente	
Sesión 1. Queridos padres...	En esta primera sesión, se presenta el programa a las familias y, además, van a escuchar el testimonio de una persona que ha recibido la misma intervención. Finalmente, se aplica el cuestionario de evaluación inicial.
Sesión 2. ¡Sé consciente de tus emociones!	Se presentan múltiples materiales para experimentar con los sentidos, diferentes texturas, aromas, sonidos... De esta forma, se va a solicitar que mientras están experimentando han de reflexionar acerca de qué emoción le suscita cada material. Anotan cada emoción en un papel conforme pasa por el material para al finalizar ver cuáles han sido las emociones más vivenciadas, reflexionando en común al respecto.
Sesión 3. El lapbook de las emociones.	En esta sesión han de diseñar un lapbook de las emociones en cuatro grupos, cada uno abordando una emoción específica, estas son: alegría, tristeza, miedo y rabia. En cada uno de los paneles se han de mostrar la siguiente información: expresión facial, situaciones de la vida cotidiana relacionadas, sensaciones y pensamientos asociados.
Sesión 4. Todo bajo control.	Al inicio se expone una presentación sobre la autorregulación emocional, prestando especial atención sobre el control de la rabia. En un volcán en erupción deben pegar situaciones de parentalidad que le hagan sentir rabioso. Posteriormente, en un agua en calma, se ha de poner en papeles cómo se relajan en dicha situación de erupción. Se hace una reflexión sobre ambos espacios. Finalmente, se practican técnicas de relajación autógena y respiración profunda.
Sesión 5. Vamos a ser reporteros	En parejas se hacen una entrevista entre ellos para presentarse el uno al otro posteriormente en gran grupo. Acto seguido, cada participante va a expresar cómo se ha sentido preguntando y respondiendo. Acto seguido, cada uno va a realizar una descripción de su personalidad y forma de ser en un papel. Posteriormente, son todos mezclados para, al leerlos, intentar adivinar quién es. Pueden justificar qué experiencias le ha llevado a ser así. Para finalizar se realiza una reflexión grupal en base a la cuestión: ¿con qué ojos miramos a los hijos?
Sesión 6. Escúchame	En parejas, uno de ellos ha de realizar la descripción de un objeto, foto u otra cosa para que, posteriormente, el otro integrante haga un resumen de lo expuesto. Posteriormente, se expone un genially sobre la importancia de la escucha activa abordando las ventajas, pautas y capacidades necesarias. Se finaliza con un role playing representando situaciones de feedback positivo entre padres e hijos.
Dimensión 2. Resiliencia familiar	
Sesión 7. Cuéntame	Al inicio se eligen a 4 alumnos que deben salir de la clase, posteriormente, entra uno de ellos para leerle un texto. Acto seguido, el primero que salió debe explicar el texto al segundo, realizando la misma acción del segundo al tercero y del tercero al cuarto como si fuera un teléfono roto. La segunda dinámica es musical, van andando por la sala mientras suena la música y cuando para se han de comunicar por gestos con el compañero que tenga más cerca. Por último, a modo debate, han de reflexionar a partir de esta cuestión: ¿cómo conseguimos que los hijos hablen con los padres?
Sesión 8. Somos familia	Se inicia con una parte teórica que explica lo que es el sentimiento de pertenencia y sus aspectos favorecedores. Posteriormente, se ha de realizar un role playing sobre actitudes acerca de la colaboración con el centro, haciendo en grupos diferentes situaciones. Para concluir, cada uno debe pensar los aspectos positivos de la colaboración con el centro, y ya en grupo traducir todo ello en acciones concretas.
Dimensión 3. Parentalidad positiva	
Sesión 9. Perdonar es de sabios	Sesión compuesta por cuatro dinámicas: primero en grupo cumplimentan el cuestionario: ¿Cuánto conozco y me comunico con mi familia?; Posteriormente, exposición teórica de la importancia del perdón y su valor educativo; planteamiento de situaciones familiares conflictivas; por último, se hace un role playing sobre situaciones de perdón a los hijos.
Sesión 10. Familia feliz	Se exponen frases con opciones diferentes para que vayan eligiendo la que más le gusta, con frases como “prefiero vestir de color...”. Dinámica para entender que hay diferentes estilos de aprendizajes. Acto seguido, exposición teórica-revisión de todo lo visto. Finalmente, en gran grupo evaluación de la intervención desde la modalidad de grupo de discusión, autoevaluación y cuestionario de satisfacción.

Procedimientos e instrumentos de evaluación

Para garantizar la sistematicidad de la evaluación a lo largo de todo el proceso, se establece un programa evaluativo concreto, dentro del proyecto, que asegura la obtención de información en todos los momentos de la intervención (antes, durante y después), suponiendo un importante aval para la futura toma de decisiones y el establecimiento de propuestas de mejora. En este caso, en la Tabla 3 se muestra la relación de instrumentos de evaluación aplicados en cada una de las fases de la evaluación: inicial, formativa y sumativa.

Tabla 3. Relación de fases de evaluación e instrumentos del programa de intervención “Familias más fuertes y unidas”.

Fases de evaluación	Instrumentos	Descripción
Inicial	Análisis de necesidades	Cuestionario de carácter cerrado con 9 preguntas dicotómicas (SÍ/NO) valorando aspectos como la motivación, grado de implicación y la adecuación de los contenidos. Además, se incluye un apartado final de observaciones.
	Cuestionario de variables parentales	Cuestionario validado por expertos compuesto por 38 ítems valorados en una escala de 1 a 4 con la siguiente relación de valores: nunca, a veces, frecuentemente y siempre. Permite extraer una puntuación media de la parentalidad positiva.
Formativa	Cuestionario satisfacción sesiones	Cuestionario de carácter cerrado compuesto por 12 ítems valorados en una escala de uno a cuatro de muy en desacuerdo a muy de acuerdo que permite valorar la satisfacción del participante en cada bloque de sesiones.
	Grupos de discusión	Evaluación grupal con un moderador externo en la que se sigue una entrevista semiestructurada colectiva compuesta por 8 cuestiones valorando aspectos positivos y negativos de la intervención en cada sesión.
	Cuestionario autoevaluación del formador	Cuestionario de carácter cerrado con 11 ítems valorados es una escala de uno a cuatro con la siguiente relación de valores: nunca, a veces, casi siempre y siempre. Los ítems describen aspectos profesionalizantes a valorar del formador.
Final	Cuestionario de variables parentales	Se repite el cuestionario de la evaluación inicial para comparar las puntuaciones medias de parentalidad positiva.
	Cuestionario Satisfacción del programa	Mismo cuestionario utilizado en cada uno de los bloques en el momento de evaluación formativa, pero, en este caso, se aplica al final de la intervención para valorar a nivel global.

Resultados y discusión

La revisión bibliográfica de este estudio evidenció la necesidad de diseñar e implementar acciones formativas especializadas y continuadas destinadas a la potencialización de las competencias parentales. Esta necesidad formativa de las familias ha sido expuesta por diversos autores (Hernández-Prados, 2019; Morales-Castillo et al., 2019). De todos los temas de interés parental que requieren de formación (habilidades sociales, capacitación tecnológica, salud, economía, etc.), los referidos a la crianza y educación de los hijos, desde un enfoque de parentalidad positiva, son los más demandados.

El programa “Familias más fuertes y unidas” ha sido diseñado para su posterior ejecución en el curso 2023-24, por lo cual, se exponen los posibles resultados que se pueden obtener en base a la literatura previa que hay al respecto. En primera instancia, desde la articulación de los objetivos marcados y las actividades diseñadas, se espera un fomento y extensión de la parentalidad positiva entre los participantes, alimentando la resiliencia y conciencia entre los padres y madres involucrados. Todo ello sustentado en los beneficiosos resultados que programas previos sobre la temática, similares al

diseñado, han obtenido (Capano-Bosch et al. 2018; Torio et al., 2019; Vargas et al, 2018), así como al impacto que la resiliencia (Sánchez y Robles, 2015.) y la regulación emocional (Hajal y Paley, 2020) tienen en la labor educativa parental.

Más específicamente, el análisis de necesidades realizado con anterioridad va a posibilitar que los resultados se ciñen más a la realidad de actuación, formando familias más aptas desde un ejercicio natural de su parentalidad obteniendo las siguientes ventajas: mejor expresión emocional, mejora del sentimiento de pertenencia al centro educativa, trabajo de la escucha activa, comunicación saludable entre los miembros, incremento de la satisfacción entre los miembros, mayor implicación en la labor educativa parental... La parentalidad positiva en el programa se articula desde diferentes componentes, uno de los más importantes, que ocupa más de la mitad de las sesiones, es lo emocional trabajando la conciencia, autorregulación, empatía y escucha activa, elementos fundamentales para la cotidianidad del ser humano, pero, más aún, desde la complejidad de las relaciones que convergen en el contexto familiar (Juarez Flores y Fragoso, 2019). Otro de los núcleos de trabajo se centra en la resiliencia familiar desde el sentimiento de pertenencia, entendiendo el rol de los progenitores como forma de unir a la familia para hacerlas más fuertes ante las adversidades (Cantero y González, 2022). Por último, se centra en la parentalidad positiva a través de dos de sus ejes de actuación: por un lado, la disculpa, como herramienta educativa de la que aprender e incrementar el compromiso (Vargas, 2009) y, por otro lado, el estímulo del estudio, educando y acompañando en las tareas escolares, desterrando la idea de estas como un motivo de separación entre padres e hijos (Álvarez-Muñoz et al., 2023).

Un análisis más específico del programa diseñado nos permite concluir que presenta similitudes respecto al desarrollado por Vargas et al. (2018) en relación con los elementos metodológicos dado que ambos parten del análisis de necesidades y, además, priman de una forma de trabajo expositiva-teórica y práctica. También tiene elementos en común con la intervención de Díez et al. (2016) puesto que marca una estructura de intervención de pocas sesiones en agrupaciones pequeñas, indicando ambas un máximo de 15 integrantes como tope para asegurar el éxito. No se trata de una réplica ya que a partir de la concretización de los contenidos y las estrategias metodológicas se dota de la personalidad que hace al programa de intervención distinto al del resto. Esto facilita el uso integrado y complementario de este programa, parcial o en su totalidad, con otros de parentalidad positiva. Los elementos más novedosos que introducen respecto a la bibliografía previa son la combinación de lo emocional con el ejercicio posterior de la parentalidad, ya que, en este diseño de intervención, primero se forma al padre o madre como ser humano en lo emocional para, posteriormente, trasladarlo al yo familiar. Tal y como confirma Ramirez Lucas et al. (2015), se entiende así el aprendizaje de lo emocional, desde la lectura, regulación o conciencia de las emociones, como un paso previo vital para sensibilizar en la importancia o posterior desarrollo de elementos como la resiliencia familiar y la parentalidad positiva.

De la misma forma, el programa diseñado va a posibilitar una mejor solución a los conflictos familiares puesto que van a ser capaces de articular herramientas y estrategias para el trabajo y ejercicio de la receptividad, la comunicación o la escucha activa, desde una parentalidad afectiva y positiva que merma las conductas problemáticas de los menores al aprovechar tales situaciones como oportunidades de aprendizajes para la corrección de conductas no deseadas. En este sentido, el programa propuesto se concibe como una forma de entrega del tú al yo, en la relación padre-hijo, pero desde el equilibrio y el afecto. Coincide, en este sentido, con lo establecido por Rodrigo et al. (2018) de educar sin excesos de sobreprotección. Se enfatiza la importancia de trabajar lo emocional como uno de los componentes principales de la formación en parentalidad positiva, pero desde la conciencia emocional, la autorregulación emocional, la empatía y la escucha activa son elementos

fundamentales para el bienestar cotidiano de los miembros de la unidad familiar, donde las relaciones son complejas y diversas.

Por último, tomando en consideración que los niveles de participación en la formación familiar suelen ser bajos (Hernández-Prados et al. 2019), pero que aumentan considerablemente cuando se parte del análisis de necesidades reales, se espera que la frecuencia de participación sea alta o muy alta dado que se parte de un análisis de necesidades, que responde a los intereses de los padres involucrados y estos deciden asistir de forma voluntaria. Además, el papel de los padres participantes es bastante activo ya que se les hace participó en todas las fases del ciclo de intervención socioeducativo lo cual supone un extra de implicación que se constituye como un factor más de éxito.

Conclusión

La eficacia de los programas depende de múltiples variables directamente relacionadas con su diseño e implementación, pero también depende de las habilidades de los especialistas y de las características y necesidades de los destinatarios. Centrándose en los primeros, pues nos encontramos en la fase de diseño, el presente estudio sirve como aliento para docentes y familias a seguir diseñando, poniendo en práctica y evaluando acciones formativas para fomentar la parentalidad positiva. Además, supone un banco de recursos educativos para aprovechar por parte de los docentes dentro de su acción tutorial, donde la línea de educación parental supone una de la gran olvidadas ante las numerosas burocracias curriculares. Por último, cabe resaltar la sistematicidad y garantías de evaluación de este proyecto, determina un plan de evaluación concreto y extenso que posibilita obtener suficiente información para demarcar el futuro de esta intervención y realizar un mejor formato en futuras intervenciones.

A pesar de las fortalezas, también se hallan una serie de limitaciones que se presentan como oportunidades que tomar en consideración para futuras intervenciones, inicialmente, resalta la necesidad de poner en práctica y evaluar para constatar la funcionalidad del mismo. Su ejercicio dotaría de un plus validez y rigor al programa diseñado al constatar, desde la praxis directa, la funcionalidad del mismo. También cabe remarcar la necesidad de poder establecer nuevos planes a partir del mismo, de manera que se hagan más sesiones, se especifique a colectivos de padres con edades específicas o se adapte a contextos diferenciados.

Para finalizar, el despertar de la sensibilización ciudadana por la vida familiar ha contribuido a impulsar el diseño e implementación de experiencias formativas, necesarias, pero insuficientes. Crear una cultura formativa de las familias presente y real en las sociedades actuales requiere, además del diseño de experiencias como la expuesta en este trabajo, de la renovación de las estructuras sociales para que posibiliten el acceso a dicha formación. No se trata solo de querer ejercer la tarea educativa para con los hijos desde la parentalidad positiva, sino de saber y poder llevarla a cabo coherente y eficazmente (Torio et al, 2022). Solo así podrán cumplir con sus responsabilidades familiares, mientras enfrentan los desafíos del mundo moderno que asfixia cada vez más su tiempo con obligaciones laborales. Mientras esto no llegue, seguiremos poniendo parches a la problemática de las familias.

Referencias

- Álvarez-Muñoz, JS, Hernández-Prados, MA, & Gil-Noguera, JA (2023). Influencia del contexto escolar en las tareas para realizar en casa durante la covid-19: percepción familiar. *Educar*, 59(1), 197-211. <https://doi.org/10.5565/rev/educar.1599>
- Ayuso Sánchez, L (2019). Nuevas imágenes del cambio familiar en España. *Revista Española de Sociología*, 28(2), 269-287. <https://doi.org/10.22325/fes/res.2018.72>
- Bernal, A, & Sandoval, L (2013). "Parentalidad positiva" o ser padres y madres en la educación familiar. *Estudios sobre Educación*, 25, 133-149. <https://doi.org/10.15581/004.25.1885>
- Capano-Bosch, A, González-Tornaría, M, Navarrete, I, & Mels, C (2018). Del castigo físico a la parentalidad positiva. Revisión de programas de apoyo parental. *Revista de Psicología*, 14(27), 125-138.
- Cantero, M, & González, J (2022). La promoción de la resiliencia parental en familias con hijos con problemas de conducta. *MLS Psychology Research*, 5(1), 7-19. <https://doi.org/10.33000/mlspr.v5i1.773>
- Carrillo, A, Estévez, C, & Gómez-Medina, MD (2018). ¿Influyen las prácticas educativas en el desarrollo de la inteligencia emocional de sus hijos? *Revista de Psicología*, 1 (1), 203-212. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v1.1190>
- Díez, M, Antolín-Suarez, L, Estévez, R, Hidalgo, MV, Jiménez-Morago, J, Oliva, A, Román, M, López-Gaviño, F, Jiménez, L, & Moreno, C (2022). Promoción de parentalidad positiva en Polígono Sur. Diseño de un programa para familias en situación de riesgo psicosocial. *Apuntes De Psicología*, 34(2-3), 113-118. <https://doi.org/10.55414/ap.v34i2-3.602>
- Dong, C, Cao, S, & Li, H (2020). Young children's online learning during COVID-19 pandemic: Chinese parents' beliefs and attitudes. *Children and youth services review*, 118, 105440. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105440>
- Guijarro Gallego, A, Martínez Pérez, A, Fernández Fernández, V, Alcántara-López, M, & Castro Sáez, M (2021). Satisfacción con la vida en adolescentes: Relación con el estilo parental, el apego a los iguales y la inteligencia emocional. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 19(1), 51-74. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v19i53.3425>
- Hajal, NJ, & Paley, B (2020). Parental emotion and emotion regulation: A critical target of study for research and intervention to promote child emotion socialization. *Developmental Psychology*, 56(3), 403-417. <https://doi.org/10.1037/dev0000864>
- Hernández-Prados, MA, & Álvarez-Muñoz, JS (2021). Familia-escuela-COVID19. Una triada emergente. En MA Hernández-Prados, & ML Belmonte (Coord.) *La nueva normalidad educativa, Educando en tiempos de pandemia* (26-38). Dykinson.
- Hernández-Prados, MA, García-Sanz, MP, Galian Nicolas, B, & Belmonte Almagro, ML (2019). Implicación de familias y docentes en la formación familiar. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 22(3), 61-75. <https://doi.org/10.6018/reifop.22.3.388971>
- Jiménez, L, & Hidalgo, MV (2016). La incorporación de prácticas basadas en evidencias en el trabajo con familias: los programas de promoción de parentalidad positiva. *Apuntes de Psicología*, 34(2-3), 91-100.
- Jorge, E, & González, MC (2017). Estilos de crianza parental: una revisión teórica. *Informes Psicológicos*, 17(2), 39-66. <https://doi.org/10.18566/infpic.v17n2a02>
- Juarez Flores, JF, & Fragoso, L (2019). Prácticas parentales e inteligencia emocional en estudiantes de secundaria. Un estudio correlacional. *Revista de Psicología*, 2, 93-106. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2019.n2.v1.1371>
- Máiquez, ML, Rodrigo, MJ, Capote, C, & Vermaes, I (2000). Aprender en la vida cotidiana. Un programa experiencial para padres. *Aprendizaje Visor*.
- Mota, L, Serrão, R, Andrade, MC, Carvalho, M, & Vital, ML (2021). Parental involvement during pandemic times: Challenges and opportunities. *Education Sciences*, 11(6), 302. <https://doi.org/10.3390/educsci11060302>
- Morales-Castillo, M, Aguirre-Dávila, E, & Durán-Urrea, L (2019). Los contenidos de la formación parental y sus implicaciones en el comportamiento de los adolescentes: elementos desde una revisión. *Saúde e Sociedade*, 28, 224-238. <https://doi.org/10.1590/S0104-12902019181111>
- Padilla, S, Byrne, S, & Álvarez, M (2023). La percepción de las necesidades de las familias de niños y niñas con trastorno del espectro autista: Claves para el fomento de la parentalidad positiva desde ámbito educativo. *Revista de Investigación en Educación*, 21(1), 62-79. <https://doi.org/10.35869/reined.v21i1.4532>
- Pérez, KL, Romero, K, Robles, J, & Flórez, M (2019). Prácticas parentales y su relación con conductas prosociales y agresivas en niños, niñas y adolescentes de instituciones educativas. *Revista espacios*, 40(31), 8-17. <http://hdl.handle.net/20.500.12494/32788>
- Ramírez-Lucas, A, Ferrando, M, & Sainz, A (2015). ¿Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo emocional de sus hijos escolarizados en 2º ciclo de educación infantil? *Acción psicológica*, 12(1), 65-78. <https://doi.org/10.5944/ap.12.1.14314>
- Rodrigo, MJ, Amorós, P, Arranz, E, Hidalgo, MV, Maiquez, ML, Martín, JC, Martínez, R, & Ochaíta, E (2015). Guía de buenas prácticas en parentalidad positiva, un recurso para apoyar la práctica profesional con familias. Madrid: FEMP y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Rubio, FJ, Trillo, MP, & Jiménez, C (2020). Programas grupales de parentalidad positiva: una revisión sistemática de la producción científica. *Revista de Educación*, 389(3), 267-295. <https://doi.org/10.4438/1988-592X-RE-2020-389-462>
- Ruiz, P, & Carranza, RF (2018). Inteligencia emocional, género y clima familiar en adolescentes peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 21 (2), 188-199. <https://doi.org/10.14718/ACP.2018.21.2.9>
- Sánchez, D, & Robles, MA (2015). Respuesta a un programa de resiliencia aplicado a padres de niños con Síndrome de Down. *Universitas Psychologica*, 14(2), 645-658. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy14-1.rpra>
- Torío, S, Fernández-García, CM, Inda-Caro, M, Viñuela Hernández, MP, García Pérez, O, Rodríguez Menéndez, MC, & Rivoir, ME (2022). Guía para promover una Parentalidad Positiva. Estrategias educativas de apoyo para padres y madres con hijos e hijas entre 0-12 años de edad. Universidad de Oviedo, Servicio de Publicaciones.

Torío, S, Peña, JV, García-Pérez, O, & Inda-Caro, M (2019). Evolución de la Parentalidad Positiva: Estudio longitudinal de los efectos de la aplicación de un programa de educación parental. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 22(3), 109–126. <https://doi.org/10.6018/reifop.389621>

Vargas, JA (2009). Percepción de clima social familiar y actitudes ante situaciones de agravio en la adolescencia tardía. *Interdisciplinaria*, 26(2), 289-316.

Vargas, JA, Richaud, MC, 6 Oros, LB (2018). Programa de promoción de la parentalidad positiva en la escuela: un estudio preliminar en un contexto de vulnerabilidad social. *Pensando Psicología*, 14(23). <https://doi.org/10.16925/pe.v14i23.2265>