



UNIVERSIDAD DE JAÉN
Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación

Trabajo Fin de Grado

Parentalidad positiva en familias en situación de riesgo psicosocial

Alumno/a: Tamara Tello Fernández

Tutor/a: Prof. D. Javier Pérez Padilla
Dpto.: Departamento de Psicología

Mayo, 2020

ÍNDICE

1. Presentación.....	Pág. 1
2. Marco teórico.....	Pág. 2
2.1. La familia.....	Pág. 2
2.1.1. La familia como contexto de desarrollo del adulto.....	Pág. 3
2.1.2. La familia como contexto de desarrollo del menor.....	Pág. 5
2.2. Parentalidad positiva.....	Pág. 6
2.3. Familias en situación de riesgo.....	Pág. 7
2.3.1. Factores de riesgo y protección de familias en situación de riesgo.....	Pág. 8
2.3.2. Perfil psicosocial de familias en situación de riesgo usuarias de servicios sociales.....	Pág. 10
2.4. Intervención con familias en situación de riesgo.....	Pág. 15
3. Objetivos.....	Pág. 16
4. Diseño de la intervención.....	Pág. 17
4.1. Evaluación de necesidades y fortalezas	Pág. 17
4.2. Destinatarios.....	Pág. 18
4.3. Metodología.....	Pág. 18
4.4. Contenidos y estructuración del programa.....	Pág. 19
4.4.1. Áreas de contenido.....	Pág. 19
4.4.2. Actividades.....	Pág. 19
4.4.2.1. Temporalización.....	Pág. 31
4.4.2.2. Directrices para su implementación y evaluación.....	Pág. 31
5. Presupuesto.....	Pág. 32
6. Fortalezas y debilidades.....	Pág. 33
7. Referencias bibliográficas.....	Pág. 34
8. Anexos.....	Pág. 37

RESUMEN

A través de este programa dirigido a familias en riesgo psicosocial moderado-bajo usuarias de Servicios Sociales de la provincia de Jaén, se persigue conseguir, a rasgos generales, enriquecer la calidad del ambiente familiar, promover el ejercicio de la parentalidad positiva en los padres y madres que la componen y, por último, fomentar un desarrollo positivo en los adolescentes de las mismas. Es por ello que en este programa se presentan diferentes actividades que permitirán alcanzar los objetivos propuestos a través de numerosos aspectos o dimensiones como la organización familiar, vínculos afectivos en la familia, roles parentales, estrés parental, la autoestima o empatía. Esta intervención tendrá una duración de tres meses y medio, contando con una evaluación de necesidades y fortalezas dirigida a los participantes y un plan de formación para la persona responsable de llevarla a cabo, que en este caso será una mediadora especialmente cualificada en metodología experiencial, la utilizada en este programa.

Palabras clave: Familias en riesgo, Parentalidad Positiva, Desarrollo Positivo Adolescente, Servicios Sociales, Metodología Experiencial.

ABSTRAC

Through this programme, destined to families in moderate-low psychosocial risks, users of Servicios Sociales in the province of Jaen, we are trying to achieve, in general aspects, the enrichment of the quality in the familiar environment. We also try to promote the practice of the positive parentality in fathers and mothers that form it and last, we also try to encourage the positive development of teenagers belonging to the already mentioned families. For that reason, in this programme different activities are going to be exposed that will help to achieve the proposed aims through numerous aspects or scopes like family organization, emotional bonds, parental roles and stress, self-esteem or empathy. This intervention will last three months and a half, counting with an evaluation of necessities and strengths aimed at the participants and a formation plan to the person responsible of carrying it out, which in this case will be a particularly qualified intermediary in experimental methodology, the one used in this programme.

Keywords: Families at Risk, Positive Parentality, Positive Adolescent Development, Social Services, Experiential Methodology.

1. PRESENTACIÓN

En numerosas ocasiones me he planteado cuestiones como: ¿Es posible llegar a ser un padre o madre excelente?, ¿cómo podría educar a mi hijo o hija de la manera más correcta posible?, ¿qué se tiene en cuenta para que un hijo o hija sea retirado de su núcleo familiar? Es por ello que decidí adentrarme en esta temática con la intención de estudiarla y aprender de ella lo máximo posible para poder ponerla en práctica en un futuro.

Por consiguiente, este trabajo se ha realizado con el principal propósito de conocer en profundidad todos los aspectos y dimensiones que conlleva la familia, más concretamente aquellas en situación de riesgo usuarias de Servicios Sociales, estudiando sus principales características, perfiles psicosociales y la intervención que se realiza en ellas para paliar los posibles problemas existentes.

Para conseguir el principal propósito de este trabajo, se ha pretendido estudiar la historia de la familia desde tiempos pasados hasta la actualidad, observando así los cambios producidos en ella a lo largo de los años, diferentes definiciones, estructuras familiares, etc. Además, se ha procurado llevar a cabo una comparación en cuanto a las familias que no sufren riesgo y las que sí, teniendo en cuenta las principales diferencias que existen entre ellas. Para ello, se han tenido en cuenta diferentes aspectos como la influencia de la familia en el desarrollo del adulto y de los menores y los diferentes factores de riesgo y protección que median en ellas, pudiendo responder en cierta medida a las preguntas planteadas inicialmente.

Por otro lado, como se ha mencionado al comienzo de este punto, la familia cobra un papel muy importante en la vida de las personas, siendo el principal núcleo de desarrollo humano, especialmente de los menores que forman parte de ella. Por esta razón, se ha querido estudiar en profundidad este aspecto, para conseguir intervenir de la manera más óptima y eficaz desde un primer momento, evitando llegar a niveles de riesgo como los mencionados en este trabajo, en aquellas familias que puedan presentar una serie de necesidades no cubiertas que pongan en peligro el buen funcionamiento de la misma y, por consiguiente, el desarrollo de los menores.

Debido a la elección de esta temática, no sólo podré dar respuesta a muchas de las preguntas y dudas que han ocupado tiempo en mi cabeza a lo largo de estos años, sino que también adquiriré un conocimiento que podré aplicar el día mañana con mi propia familia, así como en el ámbito de trabajo que me corresponde, pues en la educación social todos los colectivos cobran una gran importancia pero, ¿realmente vamos a olvidar a aquel donde la vida comienza y todo lo que esta conlleva?

2. MARCO TEÓRICO

2.1. LA FAMILIA

La familia ha experimentado importantes cambios a lo largo de los años, sobre todo en las formas de agrupación familiar. Hoy en día, se puede observar que el mundo occidental guarda una estrecha relación con la diversidad existente en las antiguas culturas mediterráneas, más concretamente en Egipto y Mesopotamia, donde daban una gran importancia a la vida familiar, la privacidad de las familias, la diferencia de roles entre hombres y mujeres, el divorcio, la adopción y las diferentes formas educativas según la edad del niño. Sin embargo, mientras que algunas familias consideraban de gran importancia la educación de sus hijos y, por lo tanto, invertían gran parte de su tiempo en ello, otras eran ejemplo de malos tratos, abandono y maltrato físico y psicológico (Rodrigo y Palacios, 1998). No obstante, no se pueden olvidar aquellas familias que se encuentran a medio camino entre estos dos extremos tan opuestos, las familias en situación de riesgo, las cuales van a ser las grandes protagonistas de este TFG.

Centrándonos en la población española, esta ha experimentado considerables alteraciones a lo largo de la historia. Una de las más relevantes que se pueden observar a día de hoy en comparación con el siglo XX, es que en este solamente se consideraba reproducción demográfica cuando la familia daba lugar hasta seis nacimientos, hecho que ha cambiado con el paso del tiempo hasta lo que se conoce actualmente como familia, sin importar el número de nacimientos que pueda haber en ella. Además, en relación con este cambio, otro de los aspectos más relevantes de la historia de la familia es la baja natalidad tan característica de los últimos años, la cual afirma una vez más los numerosos cambios mencionados anteriormente, provocando esta baja natalidad la posibilidad de la incorporación de la mujer al mundo laboral, dejando en un segundo plano la tarea de ama de casa (Rodrigo y Palacios, 1998). Estos acontecimientos han favorecido que la imagen de la familia experimente cambios a lo largo del tiempo, provocados por diversos factores culturales y demográficos. Por ello, estos sucesos y transformaciones de la familia a lo largo de los años, han dado lugar a que actualmente, en palabras de Palacios (1999), la familia pueda definirse como:

La unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común que se quiere duradero, en el que se generan fuertes sentimientos de pertinencia a dicho grupo, existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia. (p.27)

Esta definición ha superado lo que en los últimos años se ha entendido como familia tradicional, la cual se caracterizaba por estar formada por un hombre y una mujer unidos en matrimonio, con hijos en común y conviviendo en el mismo hogar. Mientras que la mujer era la encargada de cuidar a los hijos y realizar las tareas de casa, el hombre era el que trabajaba fuera del hogar y, por tanto, el que ganaba dinero para mantener a la familia (Rodrigo y Palacios, 1998).

No obstante, a día de hoy, y en consideración con los grandes cambios sobre la familia mencionados anteriormente, la vida familiar tiene un significado más amplio que meramente un vínculo legal entre progenitores, dándole más importancia a las metas, motivaciones o sentimientos de los miembros del grupo, por lo que resulta crucial que los adultos disfruten de una intimidad y mantengan una buena comunicación e interdependencia, además de tener en cuenta el grado de dependencia entre quien cuida y educa y quien es cuidado y educado. Por último, es de gran importancia que esa relación existente entre padres e hijos tenga un alto grado de compromiso personal de largo alcance, cubriendo de esta forma todas las necesidades existentes a lo largo de los años (Rodrigo y Palacios, 1998).

Por otra parte, es importante tener en cuenta las diferentes estructuras familiares que actualmente están presentes en nuestra sociedad. En primer lugar, debemos considerar que uno de los progenitores de la familia puede faltar, formándose de esta manera la familia monoparental, la cual está compuesta por un sólo progenitor y uno o varios hijos. En segundo lugar, se debe tener en cuenta los hijos de parejas anteriores, que llegan a una nueva familia después de un proceso de separación o divorcio por parte de los padres, dando lugar esta vez a las familias reconstituidas. En tercer lugar, dos hombres o dos mujeres pueden decidir ampliar su familia mediante la adopción u otros medios, dando lugar a las familias homoparentales, y a su vez, a las acogedoras, siendo estas últimas características también de las parejas heterosexuales (Rodrigo y Palacios, 1998). No obstante, tal como se ha constatado en la definición de familia presentada, la estructura familiar no define a la familia, sino su proyecto vital y educativo, basado en el compromiso y centrado en el desarrollo de todos sus miembros.

2.1.1. LA FAMILIA COMO CONTEXTO DE DESARROLLO DEL ADULTO

Cuando se habla de la familia como contexto de desarrollo del adulto, se debe tener en cuenta que existen dos tipos de perspectivas en cuanto a la familia. En primer lugar, la perspectiva de los hijos que viven en ella, la cual le da un soporte de desarrollo y socialización. Y, en segundo lugar, la perspectiva de los padres, donde la familia es considerada como contexto de

desarrollo, pero también como un proceso de realización personal ligado al proceso de adultez y a las etapas posteriores (Rodrigo y Palacios, 1998).

Por otro lado, en cuanto a las funciones que se llevan a cabo dentro de la familia, es necesario considerar que los padres son los principales promotores del desarrollo de los niños, pero también de ellos mismos. A través de la vida en familia se aprende a hacer frente a retos, asumir responsabilidades y compromisos, que aportarán a los adultos una mayor productividad a través de la realización de proyectos para integrarse en el medio social. Además, la familia es un escenario de encuentro intergeneracional, puesto que los adultos están en contacto con los abuelos y sus hijos, donde se verá reforzado el afecto y los valores de los miembros de la familia. Por último, la familia sirve como apoyo social para las diferentes transiciones vitales que ha de realizar el adulto. En este proceso se incluye una búsqueda de vivienda, trabajo, pareja, nuevas relaciones sociales, vejez o la jubilación. Si bien es cierto que la familia puede dar lugar a problemas y conflictos, también sirve como punto de apoyo ante las dificultades que surgen fuera del ámbito familiar. Por ello, la familia concede una gran seguridad cuando alrededor de ella ocurren situaciones que hacen peligrar el sentido personal de sus miembros (Rodrigo y Palacios, 1998).

Teniendo en cuenta lo anteriormente dicho, ¿qué significa entonces ser padre o madre? Esta pregunta abarca tres grandes respuestas. En primer lugar, cuando una pareja decide convertirse en padre o madre, dan lugar a un proyecto vital educativo, el cual supone un largo proceso, pues comienza con la transición a la paternidad y maternidad y termina con un nuevo encuentro con los hijos a través de los nietos, pasando por procesos de crianza y socialización, sostenimiento y apoyo en la adolescencia, y la salida de los hijos del hogar. En segundo lugar, el proyecto educativo mencionado anteriormente, ha de estar lleno de contenido a través de una serie de funciones básicas que la familia ha de cumplir durante todo el proceso. Estas funciones básicas son: aportar a los hijos un clima de afecto y apoyo, una estimulación con la que poder relacionarse, asegurar la supervivencia de los hijos, un crecimiento sano y su socialización en conductas básicas como comunicación, diálogo y simbolización. Y, por último, cuando un hombre o una mujer deciden convertirse en padre o madre, esto supone una gran implicación tanto personal como emocional, debiendo haber en ellos una gran ilusión y esfuerzo que dará fruto al proyecto educativo mencionado anteriormente (Rodrigo y Palacios, 1998). Sin ninguna duda, ser padre o madre supone muchas cosas, pero cabe destacar la importancia que cobra la familia a la hora de la realización personal de los padres mencionada anteriormente, convirtiéndose esta en uno de los contextos de desarrollo más importantes para su futuro.

2.1.2. LA FAMILIA COMO CONTEXTO DE DESARROLLO DEL MENOR

Considerando la otra perspectiva de los hijos en la familia, esta también cobra un papel muy significativo como transmisora de cultura para sus hijos en desarrollo. Asimismo, la familia debe estar dispuesta a constituir una estrecha relación con los hijos e hijas, apoyándoles en todo momento en el aprendizaje de sus nuevas capacidades, a través de uno de los elementos más importantes como es el lenguaje, el cual hará más fácil el proceso de enseñanza de nuevas destrezas y normas sociales. Además, es la familia la que se encarga de la atención y cuidado de los hijos, promoviendo de esta manera cierto grado de independencia en ellos, teniendo un gran impacto en el desarrollo afectivo, social y cognitivo de los menores y adolescentes (Rodrigo y Palacios, 1998).

En el caso del desarrollo afectivo, el apego tiene lugar cuando el niño comienza a tener una estrecha vinculación emocional con las personas de su entorno, las cuales satisfacen sus necesidades, le aportan estimulación y responden a sus demandas e iniciativas. En la mayoría de los casos, el mayor apego se produce entre la madre y el menor, pero sin llegar a olvidar al padre, abuelos, hermanos, o cualquier otra persona que responda a sus demandas. Esta relación de apego es muy importante en la primera infancia debido a las repercusiones que tendrá en desarrollos futuros. En cuanto al desarrollo social, en este también tiene una importante influencia el apego, pues el menor desarrollará más o menos autonomía dependiendo del tipo de relación de apego que haya vivido, además de un nivel de confianza que le servirá en su día a día para relacionarse con otros menores. Por otra parte, existen dos tipos de socializaciones en este desarrollo: la socialización primaria, que es la que ocurre en la familia, y la socialización secundaria, que tiene lugar cuando el menor participa en contextos extrafamiliares (Rodrigo y Palacios, 1998). Además, en este desarrollo también adquieren una gran importancia las habilidades sociales, las cuales son definidas como la capacidad requerida de una persona para llevar a cabo ciertas tareas. Estas habilidades son conductas aprendidas, de ahí la importancia que tienen los padres para promover un buen desarrollo de las mismas (García Rojas, 2010). Por consecuencia, en esa socialización primaria que ocurre en la familia, es primordial que se desarrollen de manera efectiva estas habilidades sociales, las cuales dependerán del tipo de estilos parentales que utilice la familia. Dentro de las principales competencias y habilidades sociales que deberían desarrollar los jóvenes para tener una buena adolescencia y, por tanto un buen ajuste a su adultez, podrían destacarse la asertividad, habilidades para la resolución de conflictos interpersonales y habilidades comunicativas (Oliva et al., 2011) Por último, los padres también tienen una gran influencia sobre el desarrollo cognitivo y lingüístico de sus hijos a través del cual los niños aprenden a

utilizar herramientas simbólicas que los definirán en el futuro como seres humanos (Rodrigo y Palacios, 1998). En este desarrollo podemos destacar ciertas competencias cognitivas como son la capacidad de análisis crítico, capacidad de pensamiento analítico, creatividad, capacidad de planificación y revisión y capacidad para tomar decisiones (Oliva et al., 2011).

2.2. PARENTALIDAD POSITIVA

Tal y como se indicado anteriormente, uno de los principales propósitos de la familia es construir un adecuado escenario en el que sus miembros consigan un óptimo desarrollo y aprendizaje. Esta no es una tarea educativa fácil para los padres, pues el desarrollo de los menores abarca diferentes niveles de actuación. Por ello, para que este desarrollo llegue a ser óptimo, es necesario que los padres dispongan de unas competencias parentales, a través de las cuales protegerán a sus hijos y favorecerán ese desarrollo positivo (Rodrigo et al., 2009).

Según Rodrigo et al., (2008) podemos definir las competencias parentales como:

Aquel conjunto de capacidades que permiten a los padres afrontar de modo flexible y adaptativo la tarea vital de ser padres, de acuerdo con las necesidades evolutivo y educativas de los hijos e hijas y con los estándares considerados como aceptables por la sociedad, y aprovechando todas las oportunidades y apoyos que les brindan los sistemas de influencia de la familia para desplegar dichas capacidades. (p.115)

Esta definición hace referencia a que la competencia es multidimensional, bidireccional, dinámica y contextual. Multidimensional, porque tienen lugar al mismo tiempo la cognición, el afecto y el comportamiento. Bidireccional, porque a través de ella se puede observar un ajuste personal y social a los contextos que nos rodean y, además, sirve para estudiar qué proporcionan esos contextos a las personas en su desarrollo. Dinámica, porque va cambiando conforme las personas se tienen que enfrentar a diferentes situaciones y retos de la vida cotidiana que deben resolver de manera eficaz, además de cumplir unas expectativas impuestas por la sociedad. Y, contextual, debido a que las tareas evolutivas se ejecutan en contextos vitales los cuales brindan oportunidades para nuevos aprendizajes y prácticas (Rodrigo et al., 2009).

En cuanto a las principales capacidades que deberían tener los padres para conseguir en sus hijos ese óptimo desarrollo, una de las más destacadas sería que estos pudieran vincularse de manera afectiva a sus hijos e hijas, cubriendo de esta manera sus principales necesidades mediante recursos emotivos, cognitivos y conductuales. Otras de las capacidades que debería estar presente en ellos sería la empatía, a través de la cual los padres deben interpretar y entender las manifestaciones emocionales y gestuales con las que sus hijos indican esas necesidades. Por otro lado, es muy importante los modelos de crianza a emplear

pues, a través de ellos, los padres responderán adecuadamente a las demandas de protección y cuidado de sus hijos, además de promover en los hijos el buen desarrollo de las habilidades sociales mencionado anteriormente. Por último, es muy importante también tener la capacidad de participar en las redes sociales y utilizar los recursos comunitarios, es decir, saber pedir, dar y recibir ayuda de los demás, tanto redes familiares, como sociales o incluso institucionales (Rodrigo et al., 2010).

Además de lo expuesto en el párrafo anterior, las familias deben proponerse llevar a cabo una serie de actuaciones parentales positivas, destacadas en las Recomendaciones del Consejo de Europa, las cuales producen unos efectos beneficiosos sobre el desarrollo de los menores. Entre estas actuaciones podrían destacarse: el proporcionar afecto y apoyo a los hijos e hijas, dedicar tiempo para interactuar con los mismos, comprender que las características de los menores evolucionan a una determinada edad, al igual que su comportamiento, la importancia de llevar a cabo una serie de normas para orientar el comportamiento de los hijos e hijas y, a la misma vez, generar expectativas de que se cumplirán esas normas, tener una buena comunicación con ellos, así como escucharles y respetarles sus diferentes puntos de vista, a la vez que los hacen partícipes en la toma de decisiones y dinámicas de la familia, y por último, no dejar de reaccionar ante los comportamientos inadecuados que muestren, llevando a cabo una serie de consecuencias coherente, evitando siempre castigos desproporcionados o violentos (Amaya y Becedóniz, 2009)

2.3. FAMILIAS EN SITUACIÓN DE RIESGO

Por todo lo expuesto anteriormente, no cabe duda de que la familia es uno de los contextos de desarrollo y aprendizaje primordiales para el ser humano, ya que presenta unas funciones esenciales para el buen crecimiento de los miembros que forman parte de ella. Sin embargo, puede ocurrir que la familia, en determinadas ocasiones, sufra una acumulación de factores de riesgo frente a una escasez de factores de protección, produciéndose de esta manera la incapacidad de satisfacer las necesidades evolutivas del ámbito familiar, y, por tanto, poniendo en riesgo el adecuado desarrollo del menor (Pérez-Padilla et al., 2012).

De acuerdo con Rodrigo et al., (2008), las familias en riesgo psicosocial son:

Aquellas en las que los responsables del cuidado, atención y educación del menor, por circunstancias personales y relacionales, así como por influencias adversas de su entorno, hacen dejación de sus funciones parentales o hacen un uso inadecuado de las mismas, comprometiendo o perjudicando el desarrollo personal y social del menor, pero sin alcanzar la gravedad que justifique

una medida de amparo, en cuyo caso se consideraría pertinente la separación del menor de su familia. (p. 42)

Tal y como expresan Crnic y Low (2002) ser padre o madre es una tarea complicada, la cual se ve acentuada por la complejidad de la diversidad de las características de los niños, la dificultad de los procesos de desarrollo y las constantes demandas de las funciones como padres y madres (citado en Ayala-Nunes et al., 2014). Si además de esto, como mencionan Menéndez et al., (2010) y Nunes et al., (2013), se tiene en cuenta que estas familias en situación de riesgo psicosocial tienen que hacer frente a situaciones adversas como tener dificultades económicas y encontrarse en desempleo o vivir en zonas inseguras y no contar con una red de apoyo social suficiente, todo ello dará lugar al padecimiento de un gran estrés por parte de los padres y que, por consiguiente, los hijos también sufrirán con frecuencia las consecuencias de ese estrés (citado en Ayala-Nunes et al., 2014).

Como se ha hecho mención en el párrafo anterior, estas familias pertenecen a un colectivo concreto caracterizado por presentar unos grandes niveles de estrés, llegando incluso a extremos clínicos, a causa de experimentar diversas circunstancias adversas, tanto en el ámbito personal como en el entorno al que pertenecen y se desenvuelven en el día a día (Pérez-Padilla y Menéndez, 2016). Este estrés parental forma parte de un proceso complicado en el que los progenitores se sienten desbordados ante los requerimientos que deben afrontar en su papel como padres o madres. Sin embargo, son tan perjudiciales unos niveles excesivos de estrés como la poca activación del mismo. De esta manera, se pueden distinguir dos tipos de estrés: el relacionado en general a las exigencias parentales y el que procede específicamente del propio hijo o hija (Pérez-Padilla y Menéndez, 2014). Este estrés es uno de los factores de riesgo que influye de manera directa a las relaciones familiares, provocando ese aumento mencionado con anterioridad en la tensión asociada al rol parental. Como consecuencia de ello, puede llegar a producirse una disfuncionalidad familiar, debido a la falta de implicación y cohesión de la misma, una inestabilidad, mayor número de conflictos entre los miembros de la familia, etc. (Pérez-Padilla y Menéndez, 2016).

2.3.1. Factores de riesgo y protección de familias en situación de riesgo

Como se ha mencionado en párrafos anteriores, estas familias presentan una serie de factores de riesgo y protección que se pueden clasificar de la siguiente manera:

FACTORES DE RIESGO/VULNERABILIDAD	FACTORES DE PROTECCIÓN
MICROSISTEMA	
• Padres y madres: - Nivel educativo bajo. - Precarias condiciones laborales. - Complicada trayectoria evolutiva. - Problemas psicológicos. - Problemas de consumo de tóxicos. - Falta de competencia y satisfacción parental. - Ideas evolutivas – educativas inadecuadas. • Menores: - Estilos y hábitos de vida inadecuados. - Minusvalías o deficiencias. - Temperamento difícil. - Falta de escolarización y fracaso escolar. • Familiares: - Acumulación de sucesos estresantes. - Deprivación socioeconómica. - Viviendas con características que amenazan la integridad de los menores. - Viviendas con características que no promueven la estimulación del desarrollo. - Menor acceso a recursos materiales y a experiencias estimulantes. • Relacionales: - Relaciones conyugales insatisfechas. - Relaciones paterno-filiales basadas en prácticas educativas inexistentes, rígidas o incoherentes. - Escasa integración familiar.	• Padres y madres: - Nivel educativo alto. - Padres competentes y autónomos. - Estabilidad y satisfacción laboral. • Menores: - Temperamento fácil. - Escolarización. - Alta competencia social. - Alta autoestima. - Alta motivación y orientación de logro. - Estilo personal más reflexivo que impulsivo. - Disponer de estrategias de resolución de problemas efectivas. - Desarrollo de hobbies y aficiones. • Familiares: - Amplitud de la familia (menos de 4 hijos/as). - Ambiente familiar estructurado. - Vínculos afectivos sólidos con al menos un cuidador estable. - Relaciones de apoyo con los hermanos y familia extensa. • Relacionales: - Relaciones conyugales positivas y de apoyo mutuo. - Relaciones paterno-filiales basadas en prácticas educativas flexibles y coherentes con el desarrollo infantil.

MESOSISTEMA Y EXOSISTEMA	
• Aislamiento y exclusión social • Características de la red social (tamaño reducido, escaso contacto, poca cohesión interna). • Nivel comunitario (valores y actitudes negativas, violencia frecuente y valorada como recurso, difícil acceso a recursos institucionales, débil identidad como comunidad).	• Experiencias escolares o extraescolares satisfactorias (implicación en actividades, buenas relaciones con el grupo de iguales, relaciones de apoyo y afecto con al menos un educador). • Contar con personas que funcionen como consejeros o mentores y que aporten modelos positivos. • Red de apoyo social informal amplia y de calidad. • Nivel comunitario: redes sociales de apoyo, y con identidad como comunidad.
MACROSISTEMA	
• Ideología inadecuada respecto a la infancia (estatus, derechos, responsabilidad pública o privada). • Medidas sociopolíticas escasas o inadecuadas. • Diversidad cultural: Segregación y discontinuidad intercultural.	• Medidas sociopolíticas que faciliten el acceso a recursos básicos (sanidad o educación) y lo independicen del nivel socioeconómico.

Tabla 1. Factores de riesgo y protección de las familias en situación de riesgo psicosocial. Adaptada de “Procesos de socialización parental con adolescentes de familias en situación de riesgo psicosocial”, Lorence (2007).

2.3.2. Perfil psicosocial de familias en situación de riesgo usuarias de servicios sociales

Estas familias en situación de riesgo presentan una serie de características que determinan su perfil psicosocial, las cuales pueden clasificarse del siguiente modo:

a) Características del grupo familiar:	- Familia numerosa, plurinuclear, con algún núcleo monoparental formado por mujer con hijo/s a su cargo sin apoyo. - Edades de los padres entre 30 y 45 años. - Nivel de instrucción escaso, con incidencia de analfabetismo en los padres y abandono/
---	--

	absentismo escolar de los/as hijos/as. - Ocupaciones poco cualificadas: peonaje agrícola, ama de casa, en situación frecuente de desempleo.
b) Características de la vivienda:	- Hacinamiento frecuente, por convivencia de varios núcleos familiares en la misma vivienda. - Aunque predominan las condiciones suficientes de habitabilidad, persisten las infraviviendas aisladas o concentradas en núcleos marginales.
c) Situación económica:	- Siempre condiciones de precariedad económica. - Estado crónico de desempleo, frecuentemente sin subsidio por falta de cotizaciones.
d) Situación Sanitaria:	- Cobertura sanitaria por la Seguridad Social. - Frecuentes enfermedades físicas, que determinan pensiones por invalidez y dan lugar a gastos no cubiertos por el sistema sociosanitario. - Problemas de droga, abundando los padres propensos al consumo de heroína o alcohol.
e) Relaciones familiares:	- Conflictividad de las relaciones conyugales y paterno-filiales, con incidencia de malos tratos físicos, relacionados con problemas económicos, sociales y de salud.
f) Relaciones sociales y vecinales:	- Mantienen relaciones con las familias de origen, que les prestan su apoyo ante los apuros económicos o los problemas sociales o de salud. - Mantienen relaciones con amigos y vecinos, a pesar de las dificultades sociales que soportan.

	-Demandas a los servicios sociales planteadas por la mujer, con buena disposición a colaborar.
--	--

Tabla 2. Perfil de las familias atendidas. Adaptada de “Indicadores de riesgo en familias atendidas por los servicios sociales”, Trigo (2012).

Aunque no necesariamente las familias en situación de riesgo tienen que ser usuarias de servicios sociales, en este trabajo se ha puesto toda la atención en las familias usuarias de estos servicios. Es por ello que, a través de diversos estudios de estas familias usuarias, se ha podido determinar el perfil psicosocial de ellas, de los progenitores y adolescentes que la forman (Lorence, 2007).

De manera general, como expresan Hidalgo et al., (2007); Informe SIUSS (2004); Trigo (1998); López (2005) y Rodríguez (2006) se podría decir que estas familias suelen presentar un nivel educativo bajo, siendo pocas las personas que dispongan de estudios universitarios. También suelen presentar dificultades económicas, donde los ingresos familiares de estas suelen ser escasos, irregulares, procedentes de trabajos no cualificados o de ayudas sociales. En cuanto a la calidad del ambiente familiar, este suele ser pobre, pues presentan una escasez en materiales de aprendizaje, en actividades para promover la autosuficiencia de los menores y una falta de organización de la vida familiar, etc. Es por ello que, también existe una sobrecarga de funciones o tareas, donde las mujeres del hogar tienen que hacer frente en solitario a las tareas educativas de los hijos, a la economía familiar y a los problemas que se le presenten. Por consiguiente, suelen presentar una baja autoestima emocional e intelectual, donde además sus historias personales suelen ser complicadas, ya que están expuestas a sucesos vitales estresantes. Por otro lado, las estrategias de las que disponen para afrontar los problemas son limitadas, agravando de esta manera el estrés que se ha mencionado en ocasiones anteriores. Asimismo, presentan problemas para controlar sus impulsos, pues en ocasiones no suelen saber cómo regular sus emociones, principalmente si son negativas. Centrando la atención en las prácticas educativas de estas familias, estas suelen ser inadecuadas o prácticamente inexistentes, caracterizándose por ser una educación coercitiva o negligente-permisiva. En cuanto al tamaño de la red social con el que pueden contar este es muy reducido, aunque no pueden considerarse familias socialmente aisladas, ya que en ellas existe una necesidad y satisfacción del apoyo percibido, donde cobra más importancia el apoyo emocional que el material. Además, estas familias hacen un importante uso del apoyo formal, excluyendo al contexto escolar (citado en Lorence, 2007).

En cuanto a los adolescentes de estas familias, estos presentan una serie de problemas tanto académicos como de comportamiento, normalizando el uso de sustancias tóxicas, presentando comportamientos delictivos o mostrando conductas antisociales. Además, al igual que los padres, los adolescentes de estas familias también presentan unos niveles altos de estrés, así como problemas internos de ansiedad y depresión, autoestima y falta de empatía (Lorence, 2007).

Centrando la atención en los problemas de conducta, estos hacen referencia a aquellas formas de actuar o pensamientos de los adolescentes que no suelen ser habituales o esperados por la sociedad en la que viven. Estos problemas de conducta característicos en los adolescentes, se han clasificado en dos grandes grupos: problemas de ajuste interno y externo. El primero, suele incluir la ansiedad, depresión o el miedo excesivo, mientras que el segundo hace referencia a comportamientos en la sociedad como agresión, robo o mentira, mostrando de esta forma una adaptación inadecuada a la sociedad en la que viven (Lorence, 2007).

Como se ha mencionado anteriormente, la autoestima es una de las dimensiones más estudiadas en el desarrollo positivo adolescente, pues suele relacionarse con esos problemas de internalización. La autoestima sufre grandes cambios en los primeros años de adolescencia puesto que los adolescentes afrontan una serie de alteraciones y tareas evolutivas en esta adolescencia inicial, donde también se puede observar cómo disminuye más concretamente la autoestima física, académica y familiar (Lorence, 2007). En cuanto a otras de las dimensiones más importantes a analizar en los adolescentes como es la empatía, esta suele manifestarse de forma más habitual en mujeres que en hombres, produciéndose una gran diferencia en la adolescencia, donde se produce un incremento de esta, pero únicamente en las chicas, siendo una posible explicación que estas logran un mayor nivel de conductas de resolución positiva de conflictos, mientras que los chicos suelen mostrar conductas más agresivas para resolver los mismos (Garaigordobil y Maganto, 2011).

No obstante, a pesar de este perfil psicosocial que generalmente caracteriza a estas familias, no se puede negar que esta tiene un papel fundamental en la vida de los hijos, siendo el núcleo de desarrollo más importante y relevante. Uno de los ejemplos más claros que se puede ver respecto a este tema, es cuando un niño es abandonado al nacer o es retirado de la familia porque su desarrollo se ve amenazado y, en ambos casos, se les busca un buen contexto familiar que se responsabilice de la satisfacción de los menores. En este sentido, en un estudio realizado en Andalucía sobre la adopción, se pudo comprobar cómo los menores que se encontraban en instituciones presentaban un mayor número de problemas en todos los ámbitos en comparación con los menores que permanecían en su núcleo familiar. Por ello, el

mejor contexto en el que pueden crecer y desarrollarse los menores es en la familia, a través de una buena educación y promoción del desarrollo personal, social e intelectual de los menores. A parte, el núcleo familiar es el que protege a los hijos e hijas de posibles situaciones de riesgo (Rodrigo y Palacios, 1998). Por este motivo, las familias en situación de riesgo psicosocial deben ser apoyadas con el objetivo de fortalecerlas y promover que los menores se sigan desarrollando en el ámbito familiar. Es aquí donde la preservación familiar cobra un papel muy importante, comprendiendo esta en palabras de Rodrigo et al., (2008):

Todas aquellas acciones que hay que llevar a cabo para mantener al menor en el hogar cuando los responsables de su cuidado, atención y educación por diversas circunstancias hacen dejación de sus funciones parentales o hacen un uso inadecuado de ellas, comprometiendo o perjudicando el desarrollo personal y social del menor, pero sin alcanzar la gravedad que justifique una medida de separación de este de su familia. (p.13)

Por lo tanto, uno de los principales objetivos de la preservación familiar es que la familia, a través de una segunda oportunidad, pueda llevar a cabo una buena función parental con sus hijos e hijas, contando con los apoyos necesarios y adecuados, para cubrir todas las necesidades y responsabilizándose del cuidado, atención y educación de los menores (Rodrigo et al., 2008).

Cuando se habla de preservación familiar, no se hace referencia sólo a la protección del menor, que haría referencia a la liberación del maltrato, sino también a promover un bienestar, es decir, el buen trato hacia los progenitores. Es muy importante tener en cuenta que la ausencia de maltrato no significa que los menores reciban un buen trato. Por ello, es de vital importancia cubrir las necesidades primarias como: alimentación, salud, trato adecuado, ambiente físico apropiado, entre otras; y cubrir necesidades secundarias como: conseguir unos lazos afectivos positivos, promover el desarrollo de funciones cognitivas, lingüísticas y sociales, etc. (Rodrigo, et al., 2008).

Como se ha podido observar en el apartado de parentalidad positiva, las competencias parentales tienen una gran influencia en el bienestar del menor, ya que a través de ellas los padres pueden ofrecer un ambiente educativo apropiado. Estas competencias de las que se habla se pueden dividir en diferentes apartados como son habilidades educativas, habilidades de agencia parental, habilidades de autonomía personal y búsqueda de apoyo social, habilidades para la vida personal y habilidades de organización doméstica. En primer lugar, las habilidades educativas hacen referencia a un control y supervisión del comportamiento del menor, a la estimulación y apoyo al aprendizaje, adaptabilidad a las características del menor, autoeficacia parental, locus de control interno, etc. En segundo lugar, las habilidades de

agencia parental suponen que haya un acuerdo en la pareja, una percepción ajustada del rol parental y reconocer la importancia de los progenitores en el bienestar del menor. En tercer lugar, las habilidades de autonomía personal y búsqueda de apoyo social comprometen a los padres y madres a implicarse en la tarea educativa del menor, a ser responsables en cuanto al bienestar del niño, tener una visión positiva del niño y la familia, buscar ayuda de personas significativas con el fin de complementar el rol parental, identificar y utilizar los recursos para cubrir las necesidades como padres y como adultos, etc. En cuanto a las habilidades para la vida personal, estas suponen tener una buena autoestima, capacidad asertiva, control de los impulsos, estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés, resolución de conflictos interpersonales, capacidad para responder ante múltiples tareas y retos, etc. En último lugar, las habilidades de organización doméstica supone una administración eficiente de la economía doméstica, el mantenimiento de limpieza y orden de la casa, controlar la higiene y salud de los miembros de la familia, preparar regularmente comidas saludables y realizar arreglos y mantenimientos de la vivienda (Rodrigo et al., 2009).

2.4. INTERVENCIÓN CON FAMILIAS EN SITUACIÓN DE RIESGO

Las familias en situación de riesgo psicosocial han sido sometidas a múltiples intervenciones a lo largo de los años, las cuales han ido evolucionando con el paso del tiempo. Se pasó de intervenciones con un gran carácter asistencial basadas en la teoría del déficit, a actuaciones y atenciones mucho más positivas y preventivas, dando entonces lugar a la preservación y fortalecimiento familiar (Hidalgo et al., 2009).

Una de las intervenciones más características con las familias en situación de riesgo psicosocial son los programas psicoeducativos de formación y apoyo para padres y madres, los cuales se caracterizan por realizar intervenciones con carácter psicoeducativo y comunitario, para el fomento de la parentalidad positiva buscada en estas familias (Hidalgo et al., 2014). Además, otro de los objetivos que buscan estos programas, es optimizar el ejercicio del rol parental, para que el desarrollo de los hijos e hijas se vea beneficiado en un futuro. Estos programas, además de fomentar la parentalidad positiva, también se sustentan en el principio de la preservación familiar, la cual reafirma que el núcleo familiar es donde los niños y adolescentes deben cubrir sus principales necesidades con la protección de sus progenitores. Es por ello la importancia de estos programas, los cuales ofrecen apoyo a las familias para cumplir con satisfacción todas sus funciones (Hidalgo et al., 2009).

Como se ha expuesto en el párrafo anterior, estos tipos de programas se caracterizan por su gran carácter formativo y educativo, ya que a través de ellos se le ofrecen a los padres

oportunidades de aprendizajes y desarrollo, desempeñando de esta forma un buen rol parental a través de competencias y habilidades parentales como las mencionadas en párrafos anteriores, superando de esta forma que antes se intervinieran en las familias sólo si se encontraban en ellas deficiencias, dejando a un lado el reforzamiento de esas capacidades para cubrir de la mejor manera posible las necesidades de los menores. Además, una de las principales características que tienen estos programas es que atienden a la diversidad tanto de características familiares como de los escenarios familiares, pero asegurando siempre un buen funcionamiento del núcleo familiar en el que cubrir las necesidades existentes y favorecer el desarrollo de adultos y menores (Hidalgo et al., 2009).

Es de vital importancia estos programas ya que, teniendo en cuenta la necesidad existente de que padres y madres dispongan de unas buenas habilidades, tanto educativas, como sociales y personales, estos facilitan a los padres y madres una serie de estrategias y conocimientos adecuados para la obtención de esas habilidades educativas y, además, promueven una satisfacción y seguridad del rol parental, consiguiendo de esta forma ser competentes y eficaces a la hora de enfrentarse a la tarea de ser padres (Hidalgo et al, 2009).

Sin dejar a un lado el carácter psicoeducativo de estos programas, es importante mencionar también el gran significado que tiene el ámbito comunitario en las familias en situación de riesgo psicosocial. Es por ello, que uno de los principales objetivos de los programas de formación de padres es impulsar las redes de apoyo social. Este aspecto es clave porque a través de la integración en la comunidad y de disponer de esas diferentes redes sociales, los padres pueden hacer un buen uso del rol parental tras el uso de recursos sociales y comunitarios. Sin embargo, esto no es motivo para que las familias en situación de riesgo psicosocial se olviden de las redes de apoyo informal a las que deberían acudir como primera opción (Hidalgo et al., 2009).

3. OBJETIVOS

Después de realizar una búsqueda exhaustiva sobre cómo las familias en situación de riesgo psicosocial desarrollan una parentalidad positiva tras la implantación de estos programas y, teniendo en cuenta el éxito de los mismos y su eficacia en las actuaciones realizadas, en este TFG se ha decidido realizar una intervención dentro del marco de la parentalidad positiva donde los principales objetivos son:

OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
• Enriquecer la calidad del ambiente familiar	• Conseguir una buena organización en la vida familiar • Lograr unos lazos afectivos positivos en la familia
• Promover el ejercicio de la parentalidad positiva	• Aumentar la eficacia y satisfacción percibida del rol parental a través de la enseñanza de competencias y habilidades parentales • Reducir el nivel de estrés de los padres y madres ante el cúmulo de situaciones de la vida cotidiana
• Fomentar el desarrollo positivo del adolescente	• Incrementar la autoestima de los adolescentes • Favorecer una buena empatía de los adolescentes hacia los demás

Tabla 3. Objetivos generales y específicos del programa para familias en situación de riesgo psicosocial.

4. DISEÑO DE LA INTERVENCIÓN

4.1. EVALUACIÓN DE NECESIDADES Y FORTALEZAS

Estas familias en situación de riesgo tienen numerosas necesidades y fortalezas, pero en este trabajo sólo se van a evaluar aquellas en base a los objetivos de la intervención anteriormente planteados.

DIMENSIONES FAMILIA	PRUEBAS O INSTRUMENTOS
Funcionamiento familiar	<i>Family Adaptability and Cohesion Scale (Olson et al., 1985)</i>
DIMENSIONES PROGENITORES	PRUEBAS O INSTRUMENTOS
Eficacia y satisfacción del rol parental	<i>Parental Sense of Competence (Johson y Mash, 1989)</i>
Nivel de estrés de los progenitores	<i>Parenting Stress Index - Short Form (Abidin, 1995)</i>
DIMENSIONES ADOLESCENTES	PRUEBAS O INSTRUMENTOS

Empatía en adolescentes	<i>Escala básica de empatía (Jolliffe y Farrington, 2006)</i>
Autoestima en adolescentes	<i>Escala de autoestima (Rosemberg, 1965)</i>

Tabla 4. Instrumentos o pruebas de evaluación para determinar las dimensiones de familias en situación de riesgo psicosocial.

En el caso del funcionamiento familiar, este será evaluado con el instrumento **Family Adaptability and Cohesion Scale** (Olson et al., 1985). A través de esta escala se puede determinar qué estructura relacional tiene la familia gracias a 30 ítems que permiten evaluar la cohesión y la adaptabilidad en las relaciones familiares (Parra et al., 2004). Centrando la atención en los padres y madres, se podrá medir la eficacia y satisfacción del rol parental a través de la prueba de **Parental Sense of Competence** (Johson y Mash, 1989) ya que esta valora la competencia percibida de los progenitores a través de la eficacia o satisfacción con este rol (Ayala-Nunes et al., 2014). También se podrá medir el nivel de estrés de los progenitores a través del instrumento **Parenting Stress Index - Short Form** (Abidin, 1995) el cual evalúa a raíz de 12 ítems el malestar personal, la interacción disfuncional progenitor-niño y el grado en el que evalúan al hijo como un niño difícil (Ayala-Nunes et al., 2014). Por último, tanto la empatía como la autoestima de los adolescentes se medirán a través de dos escalas conocidas como son la **Escala básica de empatía** (Jolliffe y Farrington, 2006) y la **Escala de autoestima** (Rosemberg, 1965) siendo el objetivo de ambas evaluar dichas dimensiones a través de diferentes ítems (Oliva et al., 2011).

4.2. DESTINATARIOS

Esta intervención va a ir dirigida a familias usuarias del centro municipal de servicios sociales de la Magdalena de la provincia de Jaén (Andalucía). En ella se trabajará con padres, madres e hijos en situación de riesgo psicosocial moderado-bajo. Los adolescentes participantes en esta intervención tendrán una edad comprendida entre los 12 y 18 años. Sin embargo, la nacionalidad de los mismos, así como la de sus padres no será un rasgo a tener en cuenta, al igual que la edad de los progenitores.

4.3. METODOLOGÍA

En este trabajo se va a llevar a cabo una intervención grupal destinada a la educación parental y al desarrollo positivo adolescente, con una metodología activa y experiencial que fomente la participación de los miembros a través de sesiones dinamizadoras intercambiando experiencias con los distintos participantes. Por tanto, se producirá una observación y

reflexión por parte de los padres, madres y adolescentes, tanto de sus propias actuaciones y prácticas educativas, como de las de los otros progenitores o adolescentes ante las mismas situaciones.

Esta metodología experiencial tiene un proceso de desarrollo distinguido por dos partes: la fase impersonal y la fase personal. La primera abarca una introducción y observación de alternativas. Mientras que la segunda comprende la explicitud de la forma de actuar de la familia, el análisis de consecuencias de estas formas de actuación y, por último, que los participantes consigan verbalizar el objeto personal de cambio, el cual hará posible esa satisfacción parental deseada en cuanto a los progenitores, y un desarrollo positivo en los adolescentes, incrementando sus perspectivas, enriqueciendo su socialización y fortaleciendo sus habilidades sociales y emocionales.

4.4. CONTENIDOS Y ESTRUCTURACIÓN DEL PROGRAMA

4.4.1. Áreas de contenido

En esta intervención se van a llevar a cabo seis actividades diferenciadas en tres grandes áreas como son el ambiente familiar, parentalidad positiva y desarrollo positivo adolescente, llevando a cabo en cada área actividades relacionadas con esta temática. De esta forma, en la primera área se intervendrá con la familia al completo, pero en las dos restantes se intervendrá por separado con padres y madres y, por otro lado, con los adolescentes.

En estas actividades se trabajarán aspectos como la organización familiar, vínculos y lazos afectivos en la familia, modelos de crianza y roles parentales, o dimensiones como el estrés, la empatía y la autoestima.

4.4.2. Actividades

<u>ACTIVIDAD 1</u>	<u>APRENDIENDO A CONVIVIR</u>
• Objetivos	• Concienciar sobre las distintas dinámicas de organización familiar. • Conseguir un óptimo nivel de organización en el núcleo familiar. • Enriquecer la calidad del ambiente familiar.
• Recursos	Materiales: • Una pantalla portátil • Un proyector • Cartulinas de colores • Celo • Folios

	• Bolígrafos Humanos: Una mediadora Equipamiento: Una sala con sillas
• <i>Temporalización</i>	Una sesión de 2 horas
• <i>Participantes</i>	Padres, madres, hijos/as
• <i>Desarrollo(*)</i>	La personalidad de los individuos es influenciada de manera decisiva por el ambiente familiar. Las relaciones entre los miembros de la familia determinan valores, afectos, actitudes y modos de ser. 1) ¿Consideráis que es importante que haya una buena organización en la familia? ¿Por qué? 2) ¿Creéis posible enriquecer la calidad del ambiente familiar?
• <i>Ideas clave</i>	La vida en familia es un eficaz medio educativo al que se debe ocupar un gran tiempo y esfuerzo.

Desarrollo(*)

Al ser la primera actividad de la intervención, se comenzará con una breve presentación del mediador y las familias. Después de esta primera toma de contacto, y para comenzar a trabajar los objetivos propuestos para esta actividad, se les formulará las preguntas escritas del cuadro anterior, a través de las cuales se expondrá el primer tema a tratar con ellos y lo que se trabajará a lo largo de las dos horas restantes. Cuando se haya conocido un poco el punto de vista que tienen sobre la organización familiar, se podrá comenzar con las dinámicas que darán lugar a alcanzar esos objetivos planteados.

En primer lugar, se mostrará en la pantalla portátil tres viñetas con diferentes situaciones (**Anexo 1**) Se irá preguntando a cada participante con qué viñeta se sienten más identificados. En el caso de que no se sintieran identificados con ninguna de las viñetas, deberán explicar su viñeta “ideal”. Con esta primera dinámica conseguiremos conocer en cierta medida en qué situación puede encontrarse la familia, pero para conocerlas más en profundidad, se dará paso a la siguiente dinámica. En este caso, se les repartirá a cada familia unas cartulinas con las mismas afirmaciones (**Anexo 2**). Cada familia va a ser distinguida por el color de sus cartulinas: rosa, amarillo, verde, etc. En la pared de la sala va a haber pegada una cartulina grande donde se van a distinguir cuatro apartados: nunca, casi nunca, algunas veces y siempre. Esta dinámica consistirá en que se irán leyendo las afirmaciones y la familia tendrá unos minutos para debatir en qué apartado de la cartulina grande creen conveniente pegar la afirmación. Cada vez que se termine de leer un enunciado y la familia haya pegado

su afirmación en el apartado correspondiente de la cartulina, se podrá distinguir gracias al color de las cartulinas qué es lo que comúnmente suele hacer o no cada familia. Entre una afirmación y otra, los participantes podrán compartir por qué llevan a cabo o no esas actuaciones y qué beneficios obtienen de ellas, además de aportar otras posibles actuaciones que realicen en su día a día. A través de esta dinámica, podrán recapacitar sobre las consecuencias positivas que produce llevar a cabo estas actuaciones. Con el intercambio de opiniones y el pequeño debate que se generará, podrán enriquecerse unos a otros de los diferentes puntos de vista en las aportaciones hechas durante la actividad.

Para finalizar, se les pedirá a la familia que anote en un folio aquellas afirmaciones expuestas en la actividad con las que le gustaría contar a partir de ahora para intentar conseguir los objetivos propuestos, además de otras posibles afirmaciones que se les ocurra al haber realizado la actividad. Tendrán que leerlas en voz alta y comprometerse a llevarlas a cabo a partir de este primer día para lograr un buen ambiente familiar y, por tanto, otros aspectos positivos que esto conlleva como mejorar las relaciones personales, conseguir una buena comunicación, etc.

<u>ACTIVIDAD 2</u>	<u>MEJOREMOS</u>
• Objetivos	• Dar a conocer los diferentes modelos de crianza, así como sus pros y contras. • Aumentar la eficacia y satisfacción percibida del rol parental. • Promover el ejercicio de la parentalidad positiva.
• Recursos	Materiales: • Una pantalla portátil • Un proyector • Folios • Bolígrafos • Una bolsa Humanos: Una mediadora Equipamiento: Una sala con sillas
• Temporalización	Una sesión de 2 horas
• Participantes	Padres y madres
• Desarrollo(*)	Las competencias parentales son definidas como las capacidades prácticas que tienen las madres y los padres para cuidar, proteger y educar a sus hijos, y asegurarles un desarrollo suficientemente sano.

	1) ¿Conocéis cuáles son los modelos de crianza más característicos? 2) ¿Consideráis que estos modelos de crianza influyen en el desarrollo de la personalidad y de las emociones de vuestros hijos?
• <i>Ideas clave</i>	Estas habilidades o competencias parentales incluyen recursos emocionales, cognitivos y de conducta.

Desarrollo(*)

Esta actividad será el segundo contacto que se tendrá con la familia, más concretamente con los padres, pues será una dinámica individual con ellos en la que dar a conocer uno de los aspectos más importantes en cuanto al buen desarrollo de los hijos y la familia, los modelos de crianza. Pero antes de comenzar, se realizará en todas las actividades una pequeña evaluación a cerca de cómo ha funcionado la familia en los trece días anteriores que han tenido para poner en práctica lo aprendido en cada una de las dinámicas. De esta forma, se podrá conocer si los objetivos propuesto se van cumpliendo en cierta medida.

En primer lugar, a través de las preguntas formuladas se podrá tener en cuenta el conocimiento que tienen estas familias sobre los modelos de crianza, pero para ahondar más en el tema, se dará lugar a una dinámica en la que trabajar más profundamente este tema. Para ello, se le repartirá a los padres un folio donde podrán observar un cuadro con diferentes afirmaciones sobre los modelos de crianza, pero sin indicar sobre de qué modelo se trata cada una de ellas (**Anexo 3**) A continuación, se les indicará que de forma individual, rodeen con un círculo aquellas afirmaciones que consideren que llevan a cabo, y que hagan una cruz en aquellas que no. Cuando terminen, se dará a conocer las características de cada modelo, así como sus pros y contras, reflexionando sobre cada uno y abriendo un pequeño debate sobre cuál creen ellos llevar a cabo. Entonces, se les pedirá que en la otra cara del folio que se les ha repartido al principio, dibujen cuatro columnas con los nombres de modelos de crianza, en las que irán anotando aquellas afirmaciones que han señalado con un círculo según al modelo que pertenezcan. De esta forma, podrán ver en cuál de los modelos han puesto más afirmaciones, siendo en principio el modelo que les caracteriza, reflexionando sobre si ese modelo les representa o no. Sin embargo, para profundizar más en el tema, se les repartirá otro folio donde, después de conocer un poco más acerca de los modelos de crianza, deberán apuntar: “soy democrático/autoritario/permisivo/negligente cuando...” completando la frase con al menos cinco situaciones, para identificar de esta manera en qué momentos utilizan estos modelos.

Para finalizar, se expondrá en voz alta las situaciones de cada familia y, se les pedirá que en ese mismo folio apunten las situaciones de los demás participantes expuestas en el modelo democrático, explicándoles que los expertos se inclinan por este como el mejor modelo para educar a los hijos y conseguir un buen desarrollo en ellos. Finalmente, todos los participantes tomarán conciencia a cerca del modelo democrático y, a través de lo trabajado en esta sesión, podrán tener una orientación para poner en marcha este modelo, intentando persuadir aquellos no tan recomendados y con ciertas consecuencias negativas para los hijos y la familia en general.

<u>ACTIVIDAD 3</u>	<u>EMPATICEMOS</u>
• Objetivos	• Tomar conciencia sobre la importancia de la empatía. • Incrementar la empatía de los adolescentes hacia los demás. • Fomentar el desarrollo positivo del adolescente.
• Recursos	Materiales: • Una pantalla portátil • Un proyector • Folios • Bolígrafos • Rotuladores • Una pizarra magnética Humanos: Una mediadora Equipamiento: Una sala con sillas
• Temporalización	Una sesión de 2 horas
• Participantes	Hijos e hijas
• Desarrollo(*)	La empatía se define como una reacción emocional elicitada y congruente con el estado emocional del otro y que es idéntica o muy similar a lo que la otra persona está sintiendo o podría tener expectativas de sentir. 1) ¿Qué beneficios puede tener ser una persona empática? 2) ¿Cuánto creemos ser nosotros de empáticos? 3) ¿Cómo podemos lograr ser más empáticos?
• Ideas clave	La empatía es un apreciado valor social y se considera un componente crucial de la inteligencia emocional.

Desarrollo(*)

Esta será la primera actividad que se lleve a cabo individualmente con los hijos e hijas de las familias. Por ello, es importante que tengamos un primer contacto en el que conocer sus pensamientos y emociones a cerca de cómo han ido las semanas anteriores en las que se han puesto en práctica lo aprendido en las dos primeras sesiones. Además, se necesitan conocer las opiniones acerca del tema a tratar en la sesión. Para ello, se comenzará con una pequeña reflexión a través de las preguntas formuladas en la tabla de arriba sobre la empatía. Seguidamente, se comenzará con dinámicas propuestas para trabajar esta dimensión.

Para comenzar con ellas, en la pantalla portátil se mostrará una escena de la película animada “Inside Out” (**Anexo 4**), una película recomendable para adolescentes pues transmite unos valores muy importantes y los cuales deberían estar presentes en sus vidas. A continuación, se les pedirá a los adolescentes que estén atentos a la escena donde se muestra a un protagonista que está pasando por un mal momento y el cual es ayudado por otro de los personajes. Al terminar la escena, se les pedirá que expliquen uno a uno qué emociones han sentido y qué opinan a cerca de la manera de actuar del personaje que ayuda al que lo está pasando mal. Se irá apuntando en la pizarra magnética las emociones que vayan mencionando y se hará una reflexión sobre ellas. Cuando se haya realizado esta primera parte, el mediador pedirá a cada uno de los participantes que en un folio pongan su nombre y escriban al mínimo detalle un conflicto que tengan o hayan tenido con otra persona. Esos papeles se meterán en una bolsa y se irán sacando uno a uno. Se irán leyendo en voz alta y el mediador irá preguntando a cada uno de los participantes cómo actuarían ellos si tuvieran ese conflicto. Todo lo que aporten durante esta dinámica será apuntando en el folio donde han escrito ese conflicto por un voluntario. Al finalizar, se repartirá a cada adolescente su papel correspondiente y de esta forma, cada uno podrá tomar conciencia de las formas de actuar de sus compañeros y de las consecuencias positivas o negativas que se podrían sacar del conflicto según la forma en la que se actúe.

Por último, después de reflexionar sobre la sesión y lo que se ha escrito en el folio durante la misma, se les pedirá a cada uno que escriban otro papel aquello que quieren cambiar en cuanto su manera de actuar con las demás personas, recapacitando en lo aprendido durante la sesión. Por ejemplo: Yo voy a intentar escuchar más a los demás o intentar expresar mis opiniones de una manera más calmada. Después, todos lo leerán en voz alta e irán anotando aquellos ejemplos que digan los demás participantes con los que estén de acuerdo. De esta forma, se conseguirá que verbalicen su objetivo personal de cambio que tendrá lugar a partir de esta primera sesión individual.

<u>ACTIVIDAD 4</u>	<u>CREANDO LAZOS</u>
• Objetivos	• Conocer diferentes formas de crear vínculos afectivos en la familia. • Lograr unos lazos afectivos positivos en la familia. • Enriquecer la calidad del ambiente familiar.
• Recursos	Materiales: • Megáfono • Olla • Parchís • Dvd película • Balón de fútbol • Fiambrera • Post-it • Folios • Bolígrafos Humanos: Una mediadora Equipamiento: Una sala con sillas y una mesa
• Temporalización	Una sesión de dos horas
• Participantes	Padres, madres, hijos/as
• Desarrollo(*)	El afecto es el vínculo más importante para favorecer la unión en la familia y se puede manifestar de diversas maneras. 1) ¿Creéis necesario un buen vínculo familiar para el óptimo funcionamiento de la familia? 2) ¿Consideráis que este vínculo familiar afecta al desarrollo de los adolescentes?
• Ideas clave	Un vínculo afectivo es una relación activa, afectuosa, recíproca y fuerte entre dos o más personas.

Desarrollo(*)

Esta será la segunda actividad conjunta con la familia al completo. En esta ocasión, se comenzará preguntando a los participantes cómo se han desempeñado las semanas anteriores en las que han podido poner en práctica lo aprendido en las sesiones individuales o conjuntas. A través de esta pregunta, se tendrá la oportunidad de conocer las opiniones de los participantes observando si se expresan de igual manera cuando están juntos o si lo hacen de forma más explícita y sincera en las intervenciones individuales, contemplando el nivel de confianza en la familia. Teniendo en cuenta que la primera actividad conjunta fue de

organización familiar, en esta se trabajarán los lazos afectivos tan importantes para el buen funcionamiento de la familia. Como en cada actividad, se comenzará preguntando a la familia su punto de vista a cerca de los vínculos afectivos, conociendo así el grado de importancia que le dan a esta.

Para comenzar con la sesión, en una mesa va a haber colocados una serie de objetos con una descripción en un post-it pegado a ellos (**Anexo 5**). Se les leerá esas acciones y se pedirá a las familias que, durante unos minutos, cada una de ellas deberá debatir sobre cómo ordenar estos objetos del número 1 al 6, que será el número de objetos que haya sobre la mesa. Para ello, deberán ordenarlos escribiéndolo en un folio según cuál sea la acción que realizan con más frecuencia, teniendo en cuenta que cabe la posibilidad de que algunas de las acciones descritas no sean llevadas a cabo por la familia, por lo que no deberán escribirla. Cuando todas lo hayan hecho, un miembro de la familia deberá salir a la mesa y colocar los objetos según el orden que han establecido conjuntamente. Cada familia debe explicar por qué han elegido en primer lugar esa acción y qué supone en sus vidas realizarla, así como la frecuencia con la que lo hacen, cómo les hace sentir llevar a cabo esa acción, etc. De esta manera, se podrá detectar a través del orden de los objetos, qué acciones suelen llevar a cabo más a menudo las familias, e incluso si algunas de esas acciones no las realizan e intentar averiguar el por qué. Una vez realizada esta primera dinámica, se les pedirá a los hijos su colaboración para salir fuera de la sala con la mediadora, donde ahí les explicará lo que tendrán que hacer en la siguiente dinámica. En esta, se realizará un rolle playing en el que el mediador explicará a los hijos lo que le deben decir a sus padres. En este caso, el ejemplo será que a los adolescentes les ha surgido un problema con sus amigos en una fiesta y no saben cómo actuar ante él, para ello se dirigen a sus padres en busca de ayuda, contándoles la situación y pidiendo opinión al respecto. Deben ponerse de acuerdo en no repetir el mismo problema, pues cada uno tiene que ser diferente para de estar formar abarcar el mayor número de situaciones posibles que puedan surgir en la vida de los adolescentes. Una vez se han puesto de acuerdo, entrarán a la sala e irán saliendo al centro cada familia a interpretar la situación. En este caso, los padres tienen que actuar al instante sin pensar con anterioridad lo que le van a decir a sus hijos. De esta forma, se podrá detectar el grado de confianza y comunicación que tiene la familia. Mientras que los del centro están representando la situación según cómo sería en la vida real, los demás participantes tienen que apuntar en un folio los aspectos positivos y negativos que sacan de la misma, así como lo harán los participantes del centro cuando terminen su conversación y vuelven a su asiento. Finalmente, se debatirá sobre las distintas situaciones que se han expuesto, conociendo si algunas de ellas

ha tenido lugar alguna vez en la realidad y cómo se actuó en ese momento en comparación a cómo se ha hecho en esta dinámica, intentando buscar el por qué de ese cambio. Además, se debatirán los aspectos positivos y negativos de las mismas, y también se conocerá cómo se han sentido cada uno de los miembros representándolas.

Para terminar, deberán escribir en un folio las conclusiones que han sacado a raíz de esta dinámica. Por ejemplo: “es tan necesario realizar actividades en familia como mostrar ayuda a mi hijo/a” De esta forma, contarán con diferentes frases a raíz de las cuáles comenzarán a trabajar el cambio necesario para crear, mantener o potenciar ese vínculo familiar tan necesario que conseguirá enriquecer la calidad del ambiente familiar.

<u>ACTIVIDAD 5</u>	<u>COMBATIENDO EL ESTRÉS</u>
• Objetivos	• Tomar conciencia sobre diferentes situaciones del día a día causantes del estrés parental. • Reducir el nivel de estrés de los padres y madres. • Promover el ejercicio de la parentalidad positiva.
• Recursos	Materiales: • Una pantalla portátil • Un proyector • Folios • Bolígrafos • Sobres • Celo • Cartulinas de colores • Caja Humanos: Una mediadora Equipamiento: Una sala con sillas
• Temporalización	Una sesión de dos horas
• Participantes	Padres y madres
• Desarrollo(*)	El estrés parental ha sido conceptualizado como un proceso en el que los progenitores se sienten desbordados ante las responsabilidades de su rol como padre o madre. 1) ¿Realmente somos conscientes del estrés que pueden causar diferentes situaciones del día a día? 2) ¿Es necesario mostrar un mínimo de estrés para llevar a cabo las tareas y responsabilidades como padres y madres?

	3) ¿En qué momento ese estrés puede causar un gran problema para nuestra salud emocional?
• <i>Ideas clave</i>	El estrés parental suele estar asociado a peores indicadores en el desarrollo de los menores y también en el de los progenitores.

Desarrollo(*)

Esta será la última actividad que se lleve a cabo con los padres de forma individual. En ella se tratará el estrés, uno de los principales problemas que suelen abordar los padres y madres de estas familias y que, probablemente, no deje funcionar a esta de la manera más óptima posible. Por ello, a través de las preguntas indicadas se dedicarán unos minutos a reflexionar sobre esta problemática a la que tienen que hacer frente muy a menudo.

Para comenzar, se les repartirá a los padres y madres un folio que contendrá 4 textos (**Anexo 6**) pertenecientes a las letras de unas chirigotas representadas en este año 2020 en el Gran Teatro Falla de la provincia de Cádiz. Estas letras hablan sobre el estrés que a veces supone tener hijos, la vida ajetreada que tienen muchos padres y madres, las consecuencias de ese estrés y cómo podría afrontarse. Entonces, se les pedirá a los participantes que mientras se van reproduciendo las chirigotas en la pantalla digital, subrayen en el folio que se les ha dado con la letra, las frases que hayan llamado su atención o con las que se sientan identificados. Después de escuchar cada una de las chirigotas, se analizará detenidamente cada letra, las frases con las que se han sentido identificados y con las que no, los aspectos que han llamado su atención, etc. Sin embargo, se necesita profundizar y conocer más a fondo cómo realmente actúan estos padres y para ello se realizará un circuito de posibles situaciones estresantes. Este circuito lo harán por parejas, es decir, cada padre y madre de la misma familia juntos. Para ello, primero deberá salir una pareja hasta completar todo el circuito y cuando acaben lo hará la siguiente. Este circuito va a consistir en que en cada una de las esquinas de la sala habrá un sobre pegado, el cual contendrá en su interior un folio donde habrá descrita una historia que tal vez pueda provocar estrés en los padres (**Anexo 7**). A medida que avance el circuito esa historia se irá haciendo cada vez más estresante, pues las situaciones que se plantean se irán agravando. Antes de comenzar el circuito, se les repartirá una cartulina de diferente color a cada familia en la que, una vez hayan leído el contenido de cada sobre, deberán responder a tres cuestiones: ¿Cómo actuaría ante esta situación?, ¿qué sensaciones podría producirme? ¿qué haría para conseguir calmarme? Una vez hayan completado todas las parejas el circuito, meterán el folio en una caja. Entonces, se procederá a sacar los folios del interior de la caja y leer lo que cada familia ha contestado. Se podrá reconocer a cada familia gracias a los folios

de colores repartidos al principio, con la intención de diferenciar las distintas respuestas de cada una. Todos juntos analizarán las respuestas a las preguntas planteadas, consiguiendo de esta forma sacar conclusiones a cerca del estrés que a veces pueden provocar situaciones del día a día y las cuales pueden repetirse y empeorar el estado de ánimo, además de conocer si existen coincidencias o no en esas respuestas dadas.

Para terminar, y teniendo en cuenta uno de los objetivos principales como es reducir ese estrés en las familias, se dará una gran importancia a la pregunta formulada “¿Qué haría yo para calmarme?”. Por ello, en esa cartulina de color irán anotado todas aquellas respuestas que han dado a esa pregunta, siendo explicadas por la mediadora y afirmando si efectivamente o no esas maneras de actuar conseguirían reducir el estrés en un momento determinado. Sin embargo, es importante reducir el estrés a un nivel general, por lo que la mediadora facilitará a los padres unas estrategias de afrontamiento del estrés para alcanzar el objetivo propuesto como por ejemplo aceptar que existe un problema, desahogarse emocionalmente, desconectar mentalmente, buscar apoyo social y emocional, etc. Todas estas estrategias más las respuestas aprobadas por la mediadora a la pregunta de qué hacer para calmarse serán apuntadas por cada participante en un folio y se pondrán en práctica a partir de esta sesión.

<u>ACTIVIDAD 6</u>	<u>LA AUTOESTIMA, NUESTRA MEJOR AMIGA</u>
• Objetivos	• Reflexionar sobre las razones que motivan a tener una baja autoestima en la adolescencia y sus consecuencias. • Incrementar la autoestima de los adolescentes. • Fomentar el desarrollo positivo del adolescente.
• Recursos	Materiales: • Una pantalla portátil • Un proyector • Folios • Bolígrafos • Cartulinas de colores Humanos: Una mediadora Equipamiento: Una sala con sillas
• Temporalización	Una sesión de 2 horas
• Participantes	Padres, madres e hijos/as
• Desarrollo(*)	En esta actividad se va a trabajar uno de los elementos más importantes en los que se basa la construcción de la personalidad, además de un potente predictor del grado

	de ajuste psicológico durante la adolescencia y la adultez. 1) ¿Qué podría dar lugar a que los adolescentes tuvieran una baja autoestima? 2) ¿Qué ocurre si los adolescentes tienen una baja autoestima? 3) ¿Cómo se podría incrementar la autoestima de los adolescentes?
• <i>Ideas clave</i>	La autoestima es el autoconcepto o la percepción que una persona tiene de sí misma.

Desarrollo(*)

Debido a que con esta actividad se daría por finalizada la intervención, se les explicará a los participantes que al final de esta actividad se hará una reflexión más profunda sobre lo que les ha aportado esta intervención, si creen notar mejorías desde el primer día que comenzó el programa y, en caso de que fuera así, cuáles han sido y cómo se han sentido al respecto. Sin embargo, aún queda por trabajar una última dimensión y probablemente una de las más importantes en el desarrollo de los adolescentes, la autoestima. Para comenzar con la sesión, como se ha hecho en todas las actividades anteriores y para conocer el punto de vista de cada uno, se les formulará a los participantes las tres preguntas expuestas anteriormente en el cuadro. De esta manera tomarán conciencia sobre qué se va a trabajar en la sesión y el contenido del mismo.

Para dar comienzo con las dinámicas, se mostrará en la pantalla portátil una serie de afirmaciones (**Anexo 8**). El mediador pedirá a los participantes que cada uno lea una afirmación en voz alta, al mismo tiempo que todos los participantes irán levantando la cartulina del color que crean conveniente, significando el rojo no estar de acuerdo con que esa afirmación provoque una baja autoestima, el verde estar de acuerdo en que si la provoca y el amarillo estar en duda. A la vez que se van leyendo las afirmaciones y levantando las cartulinas según el color que crean apropiado, se irá debatiendo sobre si esas afirmaciones expuestas pueden provocar en los adolescentes una baja autoestima o no, interviniendo en todo momento la mediadora y explicando las posibles dudas o errores al respecto. Una vez realizada esta primera parte, se les pedirá a los participantes que de forma voluntaria y sincera piensen si en alguna ocasión han dicho o recibido alguna de las afirmaciones. Teniendo en cuenta que tres de las afirmaciones tenían que ver con el ámbito familiar, se pedirá a dos voluntarios (padre/madre e hijo/a) que hayan tomado conciencia de que esas afirmaciones las han vivido alguna vez, que salgan al centro. En esta ocasión tendrán que decir si en algún

momento dijeron o recibieron alguna de esas afirmaciones y cómo actuaron y se sintieron ante la misma, sin que nadie interfiera y, menos cuestione su forma de actuar, pues cuando terminen, los demás participantes harán lo mismo, compartiendo de esta forma las experiencias de cada uno. A raíz de esta dinámica, los padres/madres e hijos/as se darán cuenta de las consecuencias y emociones que pueden provocar estas situaciones.

Una vez se haya intentado concienciar a los participantes sobre esas consecuencias y las formas de actuar de cada uno, se les pedirá que por grupos de familia, escriban en un papel lo que van a intentar cambiar de ellos cuando alguna de esas afirmaciones u otras ocurran. Después las leerán en voz alta y las pondrá en práctica en el ámbito familiar como han venido haciendo hasta ahora.

4.4.2.1. Temporalización

INTERVENCIÓN	SEMANA															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Evaluación de necesidades																
Plan de formación																
Plan de actuación																
Aprendiendo a convivir																
Mejoremos																
Empaticemos																
Creando lazos																
Combatiendo el estrés																
La autoestima, nuestra mejor amiga																
Evaluación del programa																

Las actividades serán llevadas a cabo desde el 1 de septiembre de 2020 hasta el 15 de diciembre del mismo año, con un total de 16 semanas, equivalentes a tres meses y medio.

Una semana antes de comenzar con las actividades se realizará una evaluación de necesidades y fortalezas a los destinatarios del programa, así como en las dos últimas semanas posteriores al plan de actuación, se llevará a cabo la evaluación de dicho programa para contemplar su éxito.

4.4.2.2. Directrices para su implementación y evaluación.

Para la ejecución y evaluación de este programa se han tenido en cuenta una serie de instrucciones o normas generales con el fin de conseguir un programa exitoso y eficaz.

En primer lugar, entre las principales pautas para la implementación del programa destaca que este se lleve a cabo por una profesional cualificada y con una amplia experiencia. Para ello, se dará lugar a un plan de formación para la profesional con una duración de dos semanas, previas al plan de actuación, en el que esta adquiera las competencias necesarias para llevar a cabo las funciones de la manera más eficiente posible. En cuanto a la evaluación del programa, este será evaluado de una manera más informal a través de un pequeño feedback con los participantes donde, al inicio de cada actividad, se les preguntará cómo han funcionado las semanas en las que han podido poner en práctica lo aprendido en cada dinámica, debido a que entre una actividad y otra se deja un margen de trece días para experimentar lo aprendido y llegar entre todos a un consenso que hará más exitoso el programa. Sin embargo, se procederá a una evaluación final y formal que se realizará al finalizar la ejecución del proyecto. A través de ella, se podrá observar el nivel de cumplimiento de los objetivos marcados, presenciando o no cambios en los participantes del programa como consecuencia de las actividades propuestas. Para ello, el último día de intervención se le otorgará a los participantes los mismos instrumentos utilizados para la evaluación de necesidades o fortalezas, siendo estos pruebas o escalas como *Family Adaptability and Cohesion Scale* (Olson et al., 1985), *Parental Sense of Competence* (Johnson y Mash, 1989), *Parenting Stress Index - Short Form* (Abidin, 1995), *Escala básica de empatía* (Jolliffe y Farrington, 2006) o *Escala de autoestima* (Rosemberg, 1965), a través de las cuáles se podrán observar diferencias o no en los resultados antes y después de la intervención propuesta.

5. PRESUPUESTO

Como se ha mencionado en el apartado de destinatarios, este programa va a ir dirigido a usuarios del Centro Municipal de Servicios Sociales de la Magdalena de la provincia de Jaén (Andalucía). Teniendo en cuenta que la intervención será llevada a cabo en las instalaciones del centro, este ofrecerá gratuitamente todo lo necesario para llevarla a cabo (espacio, equipamiento y materiales).

Este centro cuenta con la mayoría de materiales necesarios para esta intervención (pantalla portátil, proyector, pizarra magnética, rotuladores para la pizarra, folios y bolígrafos). Sin embargo, se necesitan de ciertos materiales no disponibles en este centro como son celo, post-it, cartulinas de colores y sobres, los cuales conllevarán un gasto total de aproximadamente 10€. El resto de materiales como una bolsa, una caja, megáfono, olla, parchís, un dvd de una película, una fiambra y un balón de fútbol, fueron pensados para las

actividades como objetos que se pueden encontrar fácilmente de utilizarlos en otras ocasiones y con otros fines sin necesidad de comprarlos nuevamente, intentando de esta forma generar el menor gasto posible.

Por último, el mayor gasto será el de la persona responsable de llevar a cabo la intervención, en este caso una mediadora con amplia experiencia la cual obtendrá un total de 3.850€ por su trabajo realizado. Esta cantidad será el sueldo de tres meses y medio que dura la intervención con las familias. Es importante recalcar la experiencia de la mediadora, pues para la metodología propuesta es necesario que la profesional que la lleve a cabo posea unas competencias claves como saber formular correcta y claramente los objetivos e instrucciones, establecer y conservar un clima cálido para las relaciones interpersonales, favorecer el consenso y ayudar a resolver los conflictos que puedan surgir en el grupo, poseer un estilo de liderazgo flexible y participativo, saber demostrar situaciones que aporten nuevos puntos de vista y tener en cuenta las condiciones del entorno y las características sociales y culturales del grupo.

En definitiva, el presupuesto global de esta intervención asciende a un total de 3.860€ correspondiente a la suma de los gastos en recursos humanos y materiales. Este gasto se afrontará gracias a la subvención que proporcionará la Junta de Andalucía para poder realizar este proyecto contando con un total de 4.000€ para su afrontamiento.

6. FORTALEZAS Y DEBILIDADES

Teniendo en cuenta que es muy importante realizar una autocrítica en aquellas propuestas que se plantean y se ponen en marcha, es considerable contrastar cuáles son las fortalezas y debilidades encontradas a la hora de realizar ese proyecto para intentar mejorarlo en un futuro.

En primer lugar, son numerosas las fortalezas que se han encontrado al realizar este proyecto. Entre ellas, una de las más destacadas es la numerosa información que se puede encontrar acerca de este tema “Parentalidad positiva en familias en situación de riesgo psicosocial” a través de numerosos artículos y autores que hablan sobre él, pudiendo encontrar artículos desde el año 1998 hasta algunos relativamente recientes, demostrando de esta forma la importancia que sigue teniendo este tema a día de hoy y el buen acceso que se tiene a él con una gran cantidad de información concreta y detallada. Sin embargo, esto ha presentado a su vez una debilidad, ya que ha resultado difícil condensar toda la información encontrada en un límite de páginas, intentando dar la importancia necesaria a varios aspectos y dimensiones pero de forma precisa y concreta y sin excederse.

En segundo lugar, en los artículos trabajados se presenta de forma muy clara cuáles son las principales características sociodemográficas, perfiles psicosociales, fortalezas, necesidades, factores de riesgo y protección de estas familias, pudiendo tener la suficiente información y conocimiento para plantear una intervención válida con estas familias. No obstante, esto también ha dado lugar a que se encuentre dificultades a la hora de plantear unos objetivos definitivos, pues son numerosas las dimensiones o aspectos importantes a trabajar con estas familias, teniendo que centrar la atención en aquellos que se creen de prioridad pudiendo dejar a un lado otros igual de significativos.

Por otro lado, ha sido de gran ayuda la metodología experiencial propuesta, la cual presenta unas fases bien diferenciadas a través de las cuáles se han podido exponer numerosas dinámicas activas y participativas para trabajar con las familias. Sin embargo, esto ha implicado exprimir al máximo la creatividad para poder plantear dinámicas diferentes sin llegar a tener una intervención monótona en la que los destinatarios no tengan una motivación para participar en ella.

En definitiva, como se puede observar, existe un equilibrio entre las fortalezas y debilidades de este proyecto, demostrando que siempre puede haber un mínimo porcentaje de dificultades a las cuales se tienen que hacer frente de la manera más efectiva posible.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index. Professional Manual* (3rd ed.). Lutz, FL: Psychological Assessment Resource.
- Amaya, R. y Becedóniz, C. M. (2009). Orientación Educativa para la Vida Familiar como Medida de Apoyo para el Desempeño de la Parentalidad Positiva. *Intervención Psicosocial*, 18(2), 97-112.
- Ayala-Nunes, L., Lemos, I., & Nunes, C. (2014). Predictores del estrés parental en madres de familia en riesgo psicosocial. *Universitas Psychologica*, 13(2), 529-539. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-2.pepm>
- Garaigordobil, M., & Maganto, C. (2011). Empatía y resolución de conflictos durante la infancia y la adolescencia: Empathy and conflict resolution during infancy and adolescence. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 43(2), 255-266.
- García Rojas, A. D. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. *Clave Pedagógica*, 12, 225-240.
- Hidalgo García, M. V., Menéndez Álvarez-Dardet, S., Sánchez Hidalgo, J., Lorence Lara, B., & Jiménez García, L. (2009). La intervención con familias en situación de riesgo psicosocial: Aportaciones desde un enfoque psicoeducativo. *Apuntes de Psicología*, 27 (2-3), 413-426.

- Hidalgo García, M., Sánchez Hidalgo, J., Lorence Lara, B., Menéndez Álvarez-Dardet, S., & Jiménez García, L. (2014). Evaluación de la implementación del Programa Formación y Apoyo Familiar en Servicios Sociales. *Escritos de Psicología (Internet)*, 7(3), 33-41.
- Johnson, C. y Mash, E. J. (1989) A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of Clinical and Child Psychology*, 18(2), 167-175.
- Jolliffe, D. y Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of adolescence*, 29(4), 589–611.
- Lorence Lara, B. (2007). *Procesos de socialización parental con adolescentes de familias en situación de riesgo psicosocial*. V Premio Joven de Investigación de Familia.
- Menéndez Álvarez-Dardet, S., Hidalgo García, M.V., Jiménez García, L, Lorence Lara, B., & Sánchez Hidalgo, J. (2010). Perfil psicosocial de familias en situación de riesgo. Un estudio de necesidades con usuarias de los Servicios Sociales Comunitarios por razones de preservación familiar. *Anales de Psicología*, 26(2), 378-389.
- Oliva Delgado, A., Pertegal Vega, M. Á., Antolín Suárez, L., Reina Flores, M. C., Ríos Bermúdez, M., Hernando Gómez, Á., Parra Jiménez, Á., Pascual García, D. M., & Estévez Campos, R. M. (2011). *Desarrollo positivo adolescente y los activos que lo promueven: un estudio en centros docentes andaluces*. Consejería de Salud.
- Olson, D. H., Portner, J., & Lavee, Y. (1985). Family adaptability and cohesion scale. *Population*, 8(9), 10.
- Parra Jiménez, Á., Oliva Delgado, A., & Sánchez Queija, M. I. (2004). Evolución y determinantes de la autoestima durante los años adolescentes. *Anuario de Psicología*, 35(3), 331-346.
- Rodrigo López, M. J., & Palacios González, J. (1998). *Familia y desarrollo humano*. Alianza.
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Martín Quintana, J. C. y Byrne, S. (2008). *Preservación familiar: un enfoque positivo para la intervención con familias*. Pirámide.
- Rodrigo López, M. J., Martín Quintana, J. C., Cabrera Casimiro, E., & Máiquez Chaves, M. L. (2009). Las competencias parentales en contextos de riesgo psicosocial. *Psychosocial Intervention*, 18(2), 113-120.
- Rodrigo López, M. J., Máiquez Chaves, M. L., & Martín Quintana, J. C. (2010). *La Educación Parental como recurso psicoeducativo para promover la parentalidad positiva*. Madrid: Federación Española de Municipios y Provincias y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, España.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and Adolescent self-image*. Princeton: University Press.
- Palacios González, J. (1999). *La familia como contexto de desarrollo humano*. Secretariado de publicaciones.

- Pérez-Padilla, J., Nunes, C., Nunes, L., & Hidalgo, M. V. (2012). Estrés y competencia parental percibida en familias con menores en riesgo del Algarve y Andalucía Occidental. V Congreso Internacional y X Nacional de Psicología Clínica. Santander.
- Pérez-Padilla, J., & Menéndez Álvarez-Dardet, S. (2014). Un análisis tipológico del estrés parental en familias en riesgo psicosocial. *Salud Mental*, 37(1), 27-34.
- Pérez-Padilla, J., & Menéndez Álvarez-Dardet, S. (2016). El estrés parental como predictor de la sintomatología psicológica en madres de familias en riesgo. *Psicología Conductual*, 24(1), 51.
- Trigo Muñoz, J. (2012). Indicadores de riesgo en familias atendidas por los servicios sociales. *Apuntes de Psicología*, 30(1-3), 227-237.

8. ANEXOS

(Anexo 1)

- **Viñeta 1** → Se muestra a una madre o un padre poniendo la mesa mientras reclama que tiene que hacerlo sin ayuda de los demás, además de cocinar todos los días.
- **Viñeta 2** → Se muestra a una madre o un padre cocinando mientras los demás miembros de la familia ponen la mesa.
- **Viñeta 3** → Se muestra cómo después de cocinar la madre o el padre, llama a los demás miembros de la familia para poner la mesa todos juntos.

(Anexo 2)

- Todos colaboramos en poner y recoger la mesa a la hora de la comida y la cena.
- Hacemos la lista de la compra juntos para aportar nuestras ideas.
- Apuntamos en un calendario las fechas importantes para que no se nos olviden (Exámenes, reuniones, citas con médicos o dentistas, etc.).
- Cada uno recogemos nuestro cuarto y hacemos nuestra cama.
- Repartimos las tareas del hogar y cada día realizamos una diferente.
- Disponemos de un espacio exclusivo en casa en el que poder trabajar, estudiar o hacer deberes.
- Cada uno se encarga de recoger aquello que ponga en medio para intentar mantener un orden.
- Cada uno disponemos de un horario de ocio en el que disfrutar realizando las actividades que más nos gusten.
- Tenemos una lista con unas normas que debemos cumplir.

(Anexo 3)

Muestro cariño y afecto a mis hijos de forma habitual	Suelo utilizar mucho la frase “Lo que tú quieras”	A veces suelo amenazar a mis hijos con castigos para intentar cambiar sus conductas	Suelo ser poco exigente con mis hijos	Tengo una relación cercana y afectuosa con mis hijos
Con frecuencia empleo la frase “Déjalo que haga lo que quiera”	Tengo una relación fría y distante con mis hijos	Justifico cualquier comportamiento de mis hijos	No suelo expresar cariño hacia mis hijos	Suelo utilizar a menudo la frase “Porque lo digo yo”

Intento evitar por encima de todo los enfrentamientos con mis hijos	A veces me cuesta cubrir algunas necesidades de mis hijos	Me comunico con mi hijo de forma razonada y coherente	Normalmente presto poca atención a mis hijos	Tengo necesidad de controlar lo que hacen mis hijos
Impongo normas a mis hijos sin dar ninguna explicación	Suelo implicarme poco en cuanto a educación de mis hijos se refiere	Con normalidad utilizo la frase “Por esta razón hay que seguir las reglas cariño”	En casa hay unas normas claras que cumplir	No suelo poner normas ni retos a mis hijos

(Anexo 4)

- Escena película inside out: https://www.youtube.com/watch?v=sZ_5NreO18g

(Anexo 5)

- **Megáfono** → Hablar en familia, compartir nuestros problemas.
- **Olla** → Cocinar en familia.
- **Parchís** → Jugar a juegos de mesa en familia.
- **Dvd película** → Disfrutar de películas o series en familia.
- **Balón de fútbol** → Compartir hobbies o aficiones en familia.
- **Fiambrera** → Disfrutar de un día de campo en familia.

(Anexo 6)

Chirigota Estrés por cuatro:

- <https://www.youtube.com/watch?v=gSMdSYjkzAk&t=485s>

TEXTO 1	TEXTO 2
Por la mañana yo me levanto, sobre las siete o las siete y cuarto. Antes que suene el despertador, ya he pegado yo el salto. Tomo café sentao en el váter, mientras me ducho leo el diario. Pongo “Camela” a toda voz pa todo el vecindario. Salgo ligero... ¡Eh! ¡Illo! No me puedo entretener. Yo voy tan acelerado,	Antes de ayer llevé a mi niño al McDonald’s a comer. Le puse una camisa blanca nueva recién planchá, tú verás, tú veras. Su Mc Menú, y coge el ketchup y se pone a apretar. Y se manchó, le llegaba el ketchup hasta el calcetín. Parecía que estaba lleno sangre y como te vea tu madre así. Me libré porque era halloween.

que hasta en el ayuntamiento ya se han puesto a debatir, si al lado del carril bici van a hacer un carril pa mi.	
TEXTO 3	TEXTO 4
Mi chiquillo Manolito, quince años ya recién cumplidos. Ya no me permite que le riña porque dice que es un tío. Ay... que lo quiero yo. Él se hace siempre el duro pero se que tiene su corazoncito. Debajo de ese carácter, a veces le veo algún detallito. Le veo algún detallito. Me miró ayer de reojo y me emocioné. Mira José Manuel, tú sabes que ya no me opongo. Tú me pides más ropa y a mi me entra mucho sofoco. Ellos en su adolescencia juegan con nuestra paciencia. Mira que yo me controlo, pero es tan duro que hay veces que ya no puedo más. Te juro que me entran ganas de cogerlo por el cuello, porque saca lo peor de mí mismo. Me aguanto porque es un niño y porque mide uno ochenta y cinco.	Taquicardia, un sudor intenso, el ritmo cardíaco va en aumento. Temblores de manos, algún tic nervioso. Tensión muscular en espalda y cuello. Estoy ya pasando, de la risa al llanto, y a los tormentos. (...) Es que no puede ser, que tú estés tranquilo y de buenas a primeras me van viniendo a la cabeza cosas que me provocan estrés. (...) Porque la mente es muy traicionera, es tu propio cerebro el que te altera. Es tu cabeza la que manda sobre tí. (...) No te pongas nervioso, domina tu estrés, aprende a controlar, si estás haciendo las cosas con tranquilidad. Y lo más importante... sin chillar.

(Anexo 7)

1) “Hoy es martes 13, son las 7 y media de la mañana. No he escuchado el despertador y voy un poco tarde para preparar el desayuno de las niñas. Papá/mamá hace una hora que ya salió para el trabajo. Me dispongo a despertar a mis hijas para ir al instituto. Me entretengo con la mayor porque me cuenta que ha pasado una mala noche. De pronto, empiezo a oler a quemado y recuerdo que he dejado las tostadas haciéndose. Bajo corriendo a la cocina y efectivamente se han quemado enteras. No tengo tiempo para volver a hacer el desayuno porque llegarán tarde a clase, pero tampoco pueden irse sin desayunar”.

2) “Son las dos del medio día. Me dispongo a hacer la comida pero me falta un ingrediente para la receta. Aún tengo tiempo hasta que papá/mamá venga de recoger a las niñas del instituto así que decido ir a la tienda de abajo. Sin embargo, no tienen de lo que necesito. Decido entonces ir al supermercado. Para colmo, está lleno de gente y voy a tardar en pagar. Ya son las dos y media. De pronto recibo una llamada de mi pareja avisándome de que le ha surgido un problema en el trabajo y no puede ir a por las niñas. Pido amablemente a la señora que hay delante mía para pagar que si me hace el favor de pasarme que tengo mucha prisa. Su respuesta es no. Consigo pagar y son ya las tres menos cuarto, las niñas deben estar esperándome. Bajo al parking y me encuentro la rueda de mi coche pinchada”.

3) “Estoy sentado/a en el sofá del salón mirando la televisión mientras las niñas están jugando en su cuarto. De repente siento un golpe muy fuerte procedente de la habitación de arriba y seguidamente un chillido. Subo corriendo a ver qué pasa y me encuentro a la menor de mis hijas en el suelo, llena de sangre y llorando. Su hermana me cuenta que han tenido una pequeña discusión y que le ha empujado, golpeando la cabeza en la esquina del escritorio. Intentando mantener la calma llamo a su padre/madre pero no me coge el teléfono. Vuelvo a intentarlo una vez más, pero nada. Me dispongo a llamar al 112 y de pronto se me apaga el móvil. Le pido a mi hija el suyo pero con los nervios acaba cayendo al suelo y se rompe”.

4) “Es sábado noche, estamos mi pareja y yo solos en casa porque nuestras hijas han salido a dar un paseo. De repente se va la luz. No sabemos que está pasando, pues preguntamos a los vecinos y sólo se ha ido en casa. De pronto, mi mujer/marido me comenta que se le olvidó avisarme de que había llegado una carta hace unas semanas, avisando de que debíamos pagar los recibos antiguos de luz o terminarían cortándola. No lo puedo creer. Comenzamos a discutir y cada vez subimos más el tono. Por si no fuera poco, recibo un mensaje de la amiga de mi hija diciéndome que han tenido un problema grave. Vamos corriendo a coger el coche para ir al lugar donde está mi hija. De camino nos encontramos un atasco enorme y tardamos

media hora en llegar al lugar. Estamos aparcando cuando de repente recibimos un golpe por detrás de otro coche. Intentamos solucionar la situación con el dueño pero está borracho y solamente busca discusión”.

(Anexo 8)

- Cuando un adolescente sale a la pizarra a corregir un ejercicio y sus compañeros se ríen de él o ella porque se equivoca.
- Cuando los padres le dicen a su hijo o hija que no salga con esas pintas a la calle.
- Cuando un hijo o hija le dice a sus padres que ha sacado una muy buena nota en el último examen y estos le contestan con un “no sería muy difícil”.
- Cuando un novio o novia le dice al otro que deje de comer tanto que se va a poner gordo/a (aunque sea una broma).
- Cuando un amigo o amiga le dice al otro que está cansado de escuchar sus continuas preocupaciones.
- Cuando un adolescente se fija en su ídolo/a y siente que nunca va a poder ser como él o ella.
- Cuando unos padres están comparando continuamente a sus hijos, en el caso de que no sea hijo único.
- Cuando un adolescente tiene un plan con un amigo y este le dice que no puede ir y al final conoce que ha ido con otro amigo.
- Cuando unos compañeros del adolescente no paran de decirle “pelota” a este por tener un buen trato con los profesores.
- Cuando un ídolo o ídola del adolescente recomienda algo y este no se puede permitir comprárselo.