



**Universidad
Zaragoza**

TRABAJO FIN DE GRADO

**Implementación de propuesta del Programa de Intervención
“AMCOPA: Programa de Adquisición o Mejora de Competencias
Parentales”**

Alumno/a: **María Marcén de Buen**

NIA: **696231**

Director: **Luis Miguel Pascual Orts**

Grado de Psicología

AÑO ACADÉMICO 2017-2018



**Facultad de
Ciencias Sociales
y Humanas - Teruel**

Universidad Zaragoza

Índice

Resumen	3
Fundamentación	5
Objetivo	8
Método	9
Procedimiento y criterios de búsqueda del programa.....	9
Sistema de evaluación de la eficacia del programa	9
Resultados	10
Destinatarios	10
Objetivos	10
Diseño.....	10
Plan de trabajo	10
Recursos	16
Evaluación.....	16
Resultados esperados	17
Conclusiones	17
Referencias	18
Anexos.....	22

Implementación de propuesta del Programa de Intervención “AMCOPA: Programa de Adquisición o Mejora de Competencias Parentales”

María Marcén de Buen y Luis Miguel Pascual Orts

Universidad de Zaragoza

Resumen

La familia es un contexto en el que los niños crecen, se desarrollan, socializan y adquieren las competencias necesarias para ser miembros activos de la sociedad. Para ello es fundamental que padres y madres atiendan adecuadamente las necesidades de los menores pero además se necesita que posean ciertas capacidades parentales. Las familias con expediente abierto en la Subdirección de Protección a la infancia y tutela suelen ser disfuncionales y presentar ciertas características comunes como estrés diario, poca comunicación entre miembros, ausencia de límites, carencia de afectividad, etc. Por ello, el objetivo del estudio es la creación de un programa que tenga como finalidad la adquisición o mejora de capacidades parentales. Un psicólogo y un educador trabajarán con un grupo padres durante ocho semanas realizando diversas actividades para cumplir con los objetivos específicos del programa. Para estudiar la eficacia, se utilizarán cuestionarios, observación y entrevistas.

Palabras clave: Familia, riesgo, padres, menores, capacidades parentales.

Implementation of the proposal of the Intervention Program "AMCOPA: Program of Acquisition or Improvement of Parental Competencies"

María Marcén de Buen & Luis Miguel Pascual Orts

University of Zaragoza

Abstract

The family itself is a context where the children grow up, develop, socialize and acquire the necessary skills to be active members of the society. Parents adequately assistance of the underage kids needs is essential but also they need to have certain parental abilities. Families with an open file in the “Subdirección de Protección a la infancia y tutela” have more chances to be dysfunctional and to own certain common characteristics such as daily stress, little communication between members, absence of limits, lack of affectivity, etc. Therefore, the goal of the study is the creation of a

program that has the purpose of acquiring or improving parental abilities. A psychologist and an educator, both will work with a group of parents for eight weeks, performing several activities to meet the specific objectives of the program. In order to measure the effectiveness of these sessions, will be used questionnaires, analysis and interviews.

Keywords: Family, risk, parents, minors, parental abilities.

Implementación de propuesta del Programa de Intervención “AMCOPA: Programa de Adquisición o Mejora de Competencias Parentales”

Según Oliva y Villa (2014), existe una gran diversidad en cuanto al concepto de familia, además, ha ido evolucionando tras los años. La familia es un medio específico donde se genera, cuida y desarrolla la vida. Así, se convierte en el nicho ecológico por excelencia, donde se transmiten los valores éticos, sociales y culturales de generación en generación y aporta un mayor sentido a la existencia humana. Clásicamente, la familia se conoce como un contexto en el que los niños crecen, se desarrollan, socializan y adquieren las competencias necesarias para ser miembros activos de la sociedad (Hidalgo, Menéndez, Sánchez, Lorence y Jiménez, 2010; Cojocarú, 2005).

En cuanto a las funciones principales de la familia se pueden encontrar: la resolución de las crisis del grupo en las etapas del desarrollo y el suplemento de las necesidades de sus miembros (Torres, Ortega, Reyes y Garrido, 2010), una función primitiva consistente es la reproducción con el fin de mantener o perpetuar la especie, la socialización, funciones económicas y la función protectora y recreativa de la familia (Valladares, 2008; Valdivia, 2008).

Diversos autores indican que el problema se encuentra en que no todos los estilos de vida familiares son funcionales. Hay muchos contextos familiares que no son buenos para el menor y no satisfacen sus necesidades, amenazando así su adecuado desarrollo, su integridad física y/o psicológica. Se conocen como familias en riesgo psicosocial (Hidalgo, Menéndez, Sánchez, Lorence y Jiménez, 2010; Jiménez, 2009).

Según afirman Besada y Puñal (2012), una situación de riesgo existe cuando hay un deterioro para el menor pero no es tan grave como para demostrar su separación del núcleo familiar. Así, se pueden definir como familias en riesgo las que se caracterizan por niveles muy elevados de estrés debido a las circunstancias adversas que experimentan; personales y del entorno (Pérez y Menéndez, 2014). Asimismo, la condición de riesgo psicosocial implica no sólo dificultades y obstáculos para lograr el bienestar psicológico y social, sino que también afecta al desarrollo personal y comunitario (Peña, Máiquez y Rodrigo, 2014).

Según los últimos autores citados, las familias en riesgo se caracterizan por niveles muy elevados de estrés debido a las circunstancias adversas que experimentan; personales y del entorno. Estas familias tienden a tener problemas para atender adecuadamente las necesidades de los menores, pero sin llegar a la gravedad que acredite la separación. En España, entre el 40-50% de estas familias son monoparentales

y las madres que dirigen las familias en riesgo psicosocial tienden a tener un nivel educativo básico y son de mediana edad. Suelen tener entre tres y cuatro hijos, y una quinta parte de esas madres conviven con algún miembro de familia extensa. Los ingresos familiares son bajos y son familias en general con una alta inestabilidad laboral, si trabajan lo hacen en labores de baja o ninguna cualificación y sin regulación contractual. Destacan también problemas como negligencia, alcoholismo, violencia intrafamiliar, abuso de sustancias y depresión (Gómez, Muñoz y Haz, 2007; Woodward y Fergusson, 2002).

Estas familias son más rígidas e inflexibles y no manejan los límites intra y extrafamiliares, la autonomía de sus miembros es insuficiente e imposibilita a estos crecer y desarrollarse. Además, no tienen las capacidades necesarias para solucionar sus problemas, porque su dinámica, comunicación e interacción está alterada (Besada y Puñal, 2012).

A consecuencia de lo anterior, tienden a tener problemas para atender adecuadamente las necesidades básicas de los menores, (Pérez y Menéndez, 2014) que se entienden en este trabajo como “la plataforma mínima de recursos y servicios, necesaria para el desarrollo biopsicosocial de un niño y para el adecuado ejercicio de las funciones parentales” (Protectora de la Infancia, 2007) y según Alquezar *et al* (2014), las necesidades de los menores se dividen en físicas, necesidades de seguridad, necesidades emocionales, necesidades sociales y necesidades cognitivas.

Como confirman Leeming y Hayes (2016), la crianza es una relación dinámica entre padres e hijos ya que se influyen mutuamente. Los padres sirven de modelo, es decir, que si un padre es abierto, es más probable que el niño se vuelva abierto. Si el padre es rígido, es más probable que el niño sea rígido, etcétera. Por lo tanto, si se trabaja con estos padres para promover una buena educación parental que ayude a los menores a sentirse vinculados, escuchados, apoyados y atendidos, servirá de ayuda para que cuando estos niños formen una familia en un futuro hayan aprendido de sus padres.

La intervención con estos grupos sociales no es reciente, a partir de los 80 comenzó la comprensión sobre las familias vulnerables y su necesidad de modelos de intervención, centrados en fortalecer recursos y en la prevención familiar. Además, han mostrado que el apoyo percibido podría disminuir el estrés parental ocasionado por las pésimas condiciones de vida y promover estrategias de afrontamiento adecuadas en contextos vulnerables (Vargas, Lemos y Richaud, 2017). Así, la Ley Orgánica 8/2015, de modificación del sistema de protección a la infancia y a la adolescencia, expone que

anteriormente y cuando las necesidades no se cumplían, se buscaba la separación del menor de su contexto natural, enviándolo a otros entornos de desarrollo alternativos: centros de protección de menores o residencias juveniles. Estas medidas no tienen en cuenta la prevención y el problema se mantiene e incluso aumenta ya que se centra en el menor y no en su familia, donde está realmente el problema (Sánchez, 2011).

Así, tal y como indican Besada y Puñal (2012), el objetivo de las actuaciones hoy en día es reducir los factores de riesgo y promover los factores de protección de la familia. Por eso, la mayoría de programas preventivos se desarrollan con enfoques psicosociocomunitarios e intentan desplegar actuaciones sociales que influyan indirectamente dentro de los núcleos familiares de una comunidad (Trigo, 2012).

En el momento que una familia, no satisface las necesidades básicas del menor, cualquier agente social puede derivar el caso a la Subdirección de Protección a la infancia y tutela y comienza el proceso diagnóstico. Cuando la conclusión del proceso es la puesta en marcha de un programa de preservación familiar, un educador de intervención es el encargado junto con el educador-coordinador de que la familia cumpla el banco de objetivos propuesto y firmado.

La preocupación se encuentra en los casos que se decide que no hay riesgo para el menor ya que acude al colegio regularmente, tienen una vivienda digna, no hay violencia intrafamiliar, etc. A esas familias se les cierra el expediente en la Subdirección y en general no se toman más medidas. Pero es necesario que aquellos padres tengan claro cuáles son las necesidades de los menores para poder cubrirlas satisfactoriamente. Asimismo, en una familia deben existir y transmitirse ciertos valores como la educación, el respeto y el cariño. Una buena comunicación entre todos los miembros y la imposición de normas y límites que favorezcan la convivencia también es fundamental para el desarrollo y la madurez de los menores (Ruvalcaba, Gallegos, Villegas y Lorenzo, 2013).

Rodrigo, Martín, Cabrera y Máiquez (2009) indican la necesidad de realizar un análisis de las competencias parentales para crear programas de educación parental. Las competencias parentales son definidas por White (2005) como la consecuencia de que se ajusten las condiciones psicosociales en las que vive la familia, el escenario educativo y las características del menor. Sus dimensiones son: cuidados básicos, garantías de seguridad en la protección del menor, calidez emocional, estimulación del menor, guía y límites al comportamiento del menor y estabilidad en sus vidas (Rodrigo, Martín, Cabrera y Máiquez, 2009).

Además, existen multitud de repercusiones de los diferentes estilos parentales en el desarrollo de los hijos. Por ejemplo, un estilo parental autoritario se relaciona negativamente con la empatía y el desarrollo emocional de los hijos (Henao y García, 2009) y que los estilos parentales hostiles, con negligencia y permisividad están asociados con agresividad e inestabilidad emocional en los hijos (Tur-Porcar, Mestre, Samper y Malonda, 2012). Mientras que estilos democráticos o asertivos permiten un adecuado desarrollo emocional (Cuervo, 2010; Oliva, Parra y Arranz, 2008) y un clima familiar positivo, cohesión afectiva, apoyo, confianza, comunicación abierta y empática, entre otras características (Moreno, Estévez, Murgui y Musitu, 2009). Para evitar ser reactivos, duros o impacientes, es fundamental que los padres atiendan plenamente a los hijos. Esto aumentará la probabilidad de reforzamiento positivo y la flexibilidad psicológica que ayuda a prevenir prácticas parentales deficientes, mayores niveles de angustia parental y menor flexibilidad psicológica en los niños (Leeming y Hayes, 2016).

Existen programas dirigidos a la educación parental, el implementado por Martínez (2009) pone de manifiesto la necesidad de trabajar: autoestima y asertividad en el desarrollo de la función parental; escucha activa y empática; estrategias de resolución de problemas y conflictos. También, uno de los objetivos del Protocolo de actuación para la intervención familiar (2016) es dotar a los padres de estrategias y herramientas para adquirir o mejorar sus habilidades parentales como la escucha, flexibilidad ante cambios, autonomía y resiliencia.

Todo ello suele estar exento o es dificultoso en la mayoría de las familias de la Subdirección de Protección a la infancia y tutela. La problemática existe en el momento que se cierra el expediente de esas familias por no tener suficientes indicadores de riesgo pero sí tienen falta de comunicación, de límites, de autoestima, de flexibilidad, etc. Al comprobar que no existen programas específicos para aquellos padres, es necesario un programa de intervención que, trabajando las competencias parentales, es decir, las capacidades prácticas que tienen los padres para cuidar, proteger y educar a sus hijos, asegurando un desarrollo sano (Astudillo, Gálvez, Retamales, Rojas y Sarria, 2010), ayude a favorecer positivamente la infancia de los menores.

Objetivo

El objetivo del presente estudio es elaborar un programa de intervención familiar que mejore las competencias parentales utilizando estrategias que han demostrado su eficacia previamente.

Método

Procedimiento y criterios de búsqueda del programa

En primer lugar, se buscó información sobre la existencia y eficacia de programas similares obteniendo diversos planes de trabajo y actividades. Se seleccionaron las más beneficiosas relacionadas con los distintos objetivos que se querían conseguir y así se comenzó a elaborar el programa presentado en este estudio.

Los programas mencionados anteriormente demuestran que los siguientes aspectos son claves en una familia: buena afectividad y comunicación; escucha activa y empática; flexibilidad ante cambios; adecuado vínculo padres-hijos; autoestima y asertividad apropiadas; capacidad de solución de problemas y conflictos. Por eso, el programa contará con una serie de actividades establecidas de acuerdo a cada aspecto clave.

Sistema de evaluación de la eficacia del programa

El proceso de evaluación consta de una parte cuantitativa, mediante cuestionarios y otra cualitativa utilizando la observación por parte del psicólogo y las entrevistas individuales después de las sesiones.

El primero a realizar por los padres será el Cuestionario situacional de prácticas educativas de riesgo (adaptado de Ceballos y Rodrigo, 1992) (Anexo 1). Tiene como objetivo asignar un estilo educativo parental a cada uno. Cada situación planteada tiene como respuesta los 4 estilos posibles, debiendo contestar a cada opción, con lo cual puntúan en cada estilo. Las dimensiones a valorar son: capacidad de diálogo con los hijos, implicación de la vida escolar del hijo y aplicación de normas.

El siguiente será la Escala de Competencia Parental Percibida (Versión para padres y madres, ECPP-p), (Bayot, Hernández y de Julian, 2005) (Anexo 2). El objetivo es el mismo que el anterior pero el desarrollo de la prueba se basa en preguntas formuladas en positivo con opciones de respuesta que puntúan según la frecuencia con la que se realicen las acciones. Las dimensiones a valorar son la implicación constructiva con la escuela, el diálogo, la implicación para el estímulo del desarrollo personal, el establecimiento de normas en casa, la responsabilidad parental y la implicación en el estudio del educando.

Al finalizar el programa se volverán a realizar los mismos cuestionarios con el fin de comparar los resultados. Se llevará a cabo también el Cuestionario de valoración y satisfacción (Anexo 16) para conocer la satisfacción de cada uno de los participantes del programa y poder mejorar en futuras intervenciones.

Resultados

A continuación se presenta el “Programa AMCOPA”. Programa de Adquisición o Mejora de Capacidades Parentales.

Destinatarios

El programa irá dirigido a las familias, y en concreto a los padres, que hayan sido derivados a la Subdirección de Protección de infancia y tutela de Aragón. Además, el Equipo Técnico del caso, tras la valoración y diagnóstico, haya decidido que el menor no se encuentra en una situación de riesgo ni desprotección.

Más concretamente, el grupo de trabajo estará formado como máximo por diez padres/madres que serán los beneficiarios directos de este programa y los que contarán con la ayuda de diferentes profesionales para cumplir los objetivos propuestos.

Objetivos

El programa tiene como objetivo principal adquirir o mejorar las capacidades parentales y así promover un cambio hacia un mayor bienestar familiar. Para ello se proponen los siguientes objetivos específicos:

- Fomentar la toma de conciencia del problema y estimular la motivación hacia el cambio.
- Mejorar/adquirir estrategias comunicativas y emocionales.
- Mejorar la asertividad, vinculación y ajustar la flexibilidad ante los cambios que se puedan producir.
- Proporcionar recursos de afrontamiento a sus problemas y conflictos cotidianos.

Diseño

Es un programa destinado a promover la educación parental mejorando las capacidades parentales. Por lo tanto y para cumplir los objetivos, se creará un grupo de padres y madres motivados hacia el cambio. La metodología del programa es participativa y activa. Ofrece materiales teóricos y ejercicios prácticos para que los padres practiquen las estrategias tanto en las sesiones como en el hogar.

Plan de trabajo

La estructura del programa que se propone se divide en ocho sesiones de dos horas cada una exceptuando la primera y última sesión que durarán 60 minutos. Se realizará una sesión semanal, con lo que su duración sería de 14 horas repartidas en

ocho semanas. Al terminar cada sesión, se dedicará un espacio de tiempo a extraer las conclusiones de la misma.

Las sesiones irán dedicadas al cumplimiento de los objetivos específicos y junto a ellos, actividades relacionadas. La estructura de las sesiones varía dependiendo del número de actividades y de la motivación de los padres en cada momento. En la Tabla 1 se muestra la estructura de las sesiones, de sus temas y contenidos.

Tabla 1
Cronograma de las sesiones.

<i>Sesiones</i>	<i>Tema</i>	<i>Contenidos</i>
1º Sesión	Presentación	-Presentación -Descripción del programa -Pelota sentimental -Cuestionarios (pretest)
2º Sesión	Vinculación y flexibilidad	-Debate -Mapa de navegación -El planeta -Conclusiones
3º Sesión	Atención, afecto y reconocimiento	-Debate -Retroalimentación positiva -Dar y recibir afecto -Acción-reacción -Conclusiones
4º Sesión	Autoestima y asertividad	-Información y debate -Yo soy -Derechos asertivos -Conclusiones
5º Sesión	Comunicación asertiva. Escucha activa y empática	-Información -Comunicación y estilos de conducta
6º Sesión		-Completa la frase -Ni me escuches ni me mires -Conclusiones
7º Sesión	Resolución de problemas y negociación	-Información y experiencias -Problema de todos -Conclusiones
8º Sesión	Final	-Razonamiento -Cuestionarios (postest) -Conclusiones

A través de esta metodología, los padres y madres participan con sus opiniones, experiencias, y puntos de vista acerca del tema tratado en cada sesión. Comparten sus preocupaciones y estrategias, las contrastan, aprenden unos de otros, liberan tensiones y sentimientos de culpa y aprenden a percibir su realidad familiar con una cierta perspectiva, a relativizar sus puntos de vista y a reafirmar su rol de padres y madres.

Además, al concluir cada sesión, el psicólogo dedicará una hora a atender las consultas privadas que soliciten las participantes ya que existen problemas que necesitan ser tratados de forma individual y privada.

A continuación se presenta de forma detallada el resumen del contenido a desarrollar en cada sesión.

Sesión 1. Presentación.

Descripción: Introducir el programa, su metodología de trabajo, las temáticas y conceptos a tratar, así como presentar sus objetivos a los participantes que formarán parte de su desarrollo.

Objetivo: Explicar a los padres en qué va a consistir el programa; mostrar los objetivos del mismo; presentar profesionales y participantes; exponer expectativas y resolver dudas; realizar pretest.

Procedimiento: La primera sesión comenzará con el saludo y la bienvenida a los participantes al programa. Los profesionales explicarán de forma exhaustiva el programa y en esta primera sesión es necesario que cada participante escriba en un folio una identificación personal para que cada día al comenzar se lo cuelguen y los demás puedan reconocerlo. Además se colocarán las sillas en forma de U para favorecer la comunicación. Seguidamente se realizará la primera actividad presentada en el Anexo 1.

Pelota sentimental: Cada padre se presentará diciendo su nombre, qué les gusta, cómo se sienten y sus expectativas respecto al programa.

Para finalizar se pasarán dos cuestionarios (Anexos 2 y 3) para conocer el estilo educativo concreto de cada familia.

Sesión 2. Vinculación y flexibilidad

Descripción: La vinculación emocional promueve el sentimiento de pertenencia a la unidad familiar al existir proximidad afectiva entre sus miembros, además la flexibilidad evita el estrés en situaciones de cambio.

Objetivo: Analizar la importancia que tienen las vinculaciones emocionales en la dinámica familiar; reconocer, en una situación problemática o conflictiva, conductas positivas en los miembros de la familia, entendiendo que connotan vinculaciones emocionales latentes; concienciar acerca de la flexibilidad que necesitan las familias ante diversas situaciones.

Procedimiento: Se iniciará con una explicación sobre qué va a consistir la sesión y se abrirá un debate sobre sus opiniones acerca de la vinculación familiar. Seguidamente se procederá a la realización de diversas actividades.

Mapa de navegación: Se encuentra en el Anexo 4 y tiene una duración de 45 minutos. Su objetivo principal es identificar los vínculos de cada familia y la importancia de ellos.

El planeta: La segunda actividad de la sesión 2 está explicada en el Anexo 5 y tiene como objetivo concienciar sobre la flexibilidad que tiene que haber en una familia ante diversas situaciones.

Sesión 3. Atención, afecto y reconocimiento.

Descripción: Cómo reaccionar ante el comportamiento de nuestros hijos.

Objetivo: Conocer los conceptos de atención, afecto y reconocimiento; atender adecuadamente a los hijos; saber transmitir el afecto, las emociones y sentimientos positivos hacia los hijos.

Procedimiento: En primer lugar se les preguntará a los padres qué entienden ellos por atención, afecto y reconocimiento y si creen que ellos lo utilizan con sus hijos creando así un debate. A continuación se explicarán una serie de actividades.

Retroalimentación positiva: Se pretende estimular a las personas a que expresen de palabra o por escrito sus sentimientos hacia los demás. Tiene una duración de 15 minutos aproximadamente (Anexo 6).

Dar y recibir afecto: Esta actividad busca la comprensión de la afectividad familiar viviendo una situación en la que se tiene que expresar o escuchar aspectos positivos. Está en el Anexo 7 y se requieren treinta minutos para llevarla a cabo.

Acción-reacción: Esta actividad se puede encontrar en el Anexo 8. Se presentan diferentes casos y tienen que comentarlos y contestar a una serie de preguntas. Tiene una duración aproximada de 45 minutos.

Sesión 4. Autoestima y asertividad en padres.

Descripción: Cómo sentirse bien y valorados como padres fomenta la seguridad en los hijos.

Objetivos: Proporcionar información y concienciar sobre la autoestima y la asertividad de cada uno; reflexionar sobre la capacidad de sentirse valorados por sí mismos para poder transmitir seguridad, ser asertivos, fomentar el respeto mutuo, etc.

Procedimiento: Comenzará por una explicación sobre la importancia de la autoestima y la asertividad como padres y después por una serie de actividades. Al finalizar se realizará un repaso sobre lo aprendido en la sesión y se contestarán las dudas surgidas.

Yo soy: Se escriben en un folio veinte frases: “Yo soy...”, después, por parejas se intenta vender la imagen de uno mismo con las frases que ha escrito (Anexo 9). Se pretende que sean capaces de autovalorarse, reconociendo las características positivas que poseen así como que reconozcan también en los demás estas cualidades y sean capaces de expresarlas de forma adecuada; que sean conscientes de la dificultad que conlleva en ocasiones el reconocer las cualidades positivas que poseemos cada persona y lograr que los alumnos potencien su autoestima mutuamente.

Derechos asertivos: Rellenar una hoja sobre los derechos propios y los de los demás, Anexo 10. Tiene como objetivo desarrollar las posibilidades de autoconocimiento y de ejercicio asertivo de la autoconfianza; propicia en el participante la exploración de la autoafirmación, sus alcances y límites.

Sesión 5 y 6. Comunicación asertiva. Escucha activa y empática

Descripción: Comprender la importancia de la escucha a los hijos.

Objetivos: Proporcionar información sobre los factores que intervienen en el proceso de comunicación entre padres e hijos; reflexionar sobre la complejidad que encierra el proceso de comunicación y sobre los distintos estilos de comunicación que pueden desarrollarse con los hijos, dando lugar a diferentes estilos educativos parentales; concienciar sobre su estilo de comunicación y educativo con sus hijos; ayudar a comprender la importancia de utilizar el vocabulario y el lenguaje de los sentimientos al comunicarse con sus hijos para desarrollar competencias emocionales, como la empatía y el respeto mutuo; dar información sobre las potencialidades que tiene escuchar a sus hijos, para desarrollar en ellos competencias y valores que promueven el respeto mutuo y la convivencia familiar.

Procedimiento: Las sesiones 5 y 6 irán destinadas a la comunicación asertiva. La primera sesión será más teórica y el profesional realizará una exposición sobre la importancia de la comunicación en el entorno familiar, tendrá una duración de 40 minutos (Anexos 11 y 12). Después, se hará un recordatorio de lo aprendido en las sesiones pasadas y se concluirá con la resolución de las dudas que tengan los participantes. Para concluir la sesión 5 se realizará la siguiente actividad.

Completa la frase: Se trata de una actividad expuesta en el Anexo 13 y de una duración de 40 minutos. Tiene como objetivo ayudar a los padres y madres a identificar con claridad las diferencias que existen entre los mensajes que utilizan el formato de lenguaje de la escucha activa y otros mensajes de uso diario que no resultan eficaces para fomentar la empatía, la comunicación y el respeto mutuo entre padres e hijos.

Ni me escuchas ni me entiendes: Actividad realizada en la sesión 6 y explicada en el Anexo 14, una persona tiene que contar algo y el oyente tiene que hacer como si no le escucha, después cada uno comentará como se ha sentido. Esta actividad dura aproximadamente 40 minutos.

Conclusiones: Al finalizar las actividades, cada pareja o cada padre soltero reflexionará y comentará las estrategias que usarán a partir de este momento con sus hijos y las apuntarán en un papel, así cuando produzca la última sesión de seguimiento se comentará si se han cumplido.

Sesión 7. Resolución de problemas y negociación

Descripción: Cómo ayudar a los hijos para que puedan resolver sus propios problemas.

Objetivos: Facilitar a los padres estrategias sobre procesos a seguir para ayudar a los hijos a explorar alternativas y encontrar solución a sus propios problemas y proporcionar a los padres y madres criterios para diferenciar cuándo la resolución de una situación les afecta directamente a ellos, o afecta sólo a sus hijos; favorecer el desarrollo de habilidades de negociación en los procesos de resolución de situaciones y problemas que competen conjuntamente a padres e hijos.

Procedimiento: Al iniciar la sesión se comentará grupalmente cuales son las estrategias de resolución de problemas y de negociación utilizan ellos con sus hijos.

Problema de todos: Es una actividad que tiene como objetivo ayudar a los padres a identificar y reconocer con claridad los pasos a seguir para poner en práctica el método de exploración de alternativas con sus hijos, de modo que puedan ayudarles a resolver sus propios problemas (Anexo 15).

Sesión 8. Final

Descripción: Sesión final

Objetivos: Finalizar la intervención resolviendo las dudas de los participantes; realizar los cuestionarios de la primera sesión para poder comparar resultados.

Procedimiento: Al iniciar la sesión, cada uno razonará lo aprendido en cada sesión, las dudas que sigan teniendo y las posibles mejoras para futuras intervenciones. Por último, rellenarán los cuestionarios de los Anexos 2 y 3, además del cuestionario final del Anexo 16.

Recursos

Puesto que en el apartado anterior se han expuesto de forma detallada los recursos necesarios a utilizar en cada sesión, a continuación se expondrá un listado general con los recursos humanos y materiales que se necesitan para todas las sesiones.

Recursos humanos

- Un psicólogo y un educador/formador. Se considera necesario la presencia de dos profesionales para conseguir una buena evaluación puesto que mientras el educador interviene con los participantes y lleva a cabo el desarrollo de las sesiones, el psicólogo puede llevar a cabo la parte de observación además de las entrevistas individuales.

Recursos materiales

- Aula amplia. Lo suficiente para moverse y realizar dinámicas sin molestar.
- Sillas. Tantas como participantes y profesionales.
- Proyector.
- Ordenador.
- Pizarra/ Papelógrafo.
- Identificadores personales.
- Bolígrafos.
- Documentos necesarios para realizar cada sesión (Anexos)

Evaluación

Se llevarán a cabo varios tipos de evaluación para fortalecer el programa desde diferentes ámbitos. En primer lugar, en cuanto a la procedencia de los evaluadores, se realizará una evaluación mixta, tanto por el propio personal del programa (psicólogo y educador) como por personal externo, puesto que este tipo de evaluación se considera más objetiva. El personal externo serán otros profesionales a los que cada semana se explicarían los avances de cada participante y se pondrán en común las distintas opiniones.

Además, en función del momento en que se desarrollara la evaluación de la implementación del programa, ésta se realizará en tres fases: Antes de comenzar el programa se realizará la evaluación del estudio, del diseño y de la planificación y metodologías seleccionadas. En la primera sesión se llevarán a cabo los cuestionarios de los Anexos 2 y 3 para conocer el estilo educativo de cada uno. Durante la intervención con la evaluación del desarrollo, del ambiente y del desempeño, obteniendo la opinión tanto de los participantes como de los profesionales, en base a preguntas o entrevistas

realizadas durante o después de las sesiones del programa. Y por último, se realizará una evaluación al finalizar el programa para conocer la eficacia y la satisfacción de los participantes. La evaluación de valoración y satisfacción, se realizaría en base al cuestionario final encontrado en el Anexo 16. También se volverán a realizar los cuestionarios de la primera sesión comparando resultados para demostrar la eficacia del programa.

Resultados esperados

Una vez finalizado el programa de intervención, se espera que las familias con las que se ha trabajado hayan conseguido todos los objetivos planteados. Para ello es fundamental que mantengan una motivación e implicación en cada sesión llevada a cabo, pero lo más importante es trasladar los conocimientos aprendidos a la realidad de cada familia. Es decir, se espera que cada padre interiorice cada concepto y lo aplique en las situaciones cotidianas necesarias.

Por último y en relación al programa que aquí se ha presentado, se estima que cuando se lleve a cabo y se demuestre su eficacia y viabilidad, se habrá conseguido cumplir el objetivo principal de este programa, que es mejorar las capacidades parentales de los padres que han tenido expediente abierto en Protección de la infancia y la tutela.

Conclusiones

Hay multitud de familias disfuncionales que terminan en Protección a la infancia y tutela, un Equipo Técnico estudia el caso y decide el futuro de los menores. En ocasiones se concluye que no hay indicadores de riesgo como para llevar a cabo los programas de preservación familiar con educador, separación provisional o definitiva del menor, etc. Pero estas familias cuentan con una serie de carencias en cuanto a capacidades parentales y por ello el objetivo del estudio es implementar un programa cuyo objetivo sea la adquisición o mejora de esas capacidades.

Para cumplir el objetivo principal y los objetivos específicos se han creado diversas actividades que se realizarán de forma grupal. Para evaluar la eficacia del programa se realizará un pretest-postest y así se podrán comparar los resultados. En conclusión, se espera que el programa funcione adecuadamente y se cumplan todos los objetivos. Además, crear programas similares preventivos en Servicios Sociales de diferentes zonas reduciría la derivación de casos a la Subdirección de Protección a la infancia y tutela.

Referencias

- Alquezar Burillo, A., Docón Alcaine, P., Doñate Bugida, I., Pardo Sarda, A., Pros Claver, A., Recio Hernán, I.,...Zabala García, B. (2014). Instrumento para la valoración de la gravedad de las situaciones de desprotección infantil en Aragón. Instituto Aragonés de Servicios Sociales. Zaragoza: Gobierno de Aragón, Departamento de Sanidad, Bienestar Social y Familia.
- Astudillo Martínez, O., Gálvez Gallardo, I., Retamales Molina, C., Rojas Valdivia, M., y Sarria Órdenes, W. (2010). Evaluación de habilidades parentales, desde profesionales del ámbito del derecho de familia. *Revista Salud & Sociedad*, 1, 186-204.
- Besada Agra, L., y Puñal Romarís, M.E. (2012). Intervención en familias con menores en situación de riesgo. *Intervención psicosocioeducativa en la desadaptación social*, 5, 47-69.
- Cojocarú, S. (2005). Adoption. A permanent solution for abandoned children. *Revista de Cercetare si Interventie Sociala*, 11, 1525-1535.
- Cuervo, A. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socio-afectivo en la infancia. *Revista Diversitas Perspectivas en Psicología*, 6, 111- 121.
- Gobierno de Aragón. Departamento de Ciudadanía y Servicios Sociales. (2016). *Protocolo de actuación de intervención familiar*. Aragón.
- Gómez, E., Muñoz, M. M., y Haz, A.M. (2007). Familias Multiproblemáticas y en Riesgo Social: Características e Intervención. *PSYKHE*, 16, 43-54.
- Henao, G.C., y García, M.C. (2009). Interacción familiar y desarrollo emocional en niños y niñas. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, niñez y Juventud*, 7, 785- 802.

- Hidalgo, M.V., Menéndez, S., Sánchez, J., Lorence, B., y Jiménez, J. (2010). Intervention with at-risk families; contributions from a psycho-educational perspective. *Psychology in Spain, 14*, 48-56.
- Jiménez, L. (2009). *Crecer en familias en situación de riesgo. Análisis evolutivo durante la infancia y la adolescencia* (tesis doctoral no publicada). Universidad de Sevilla, España.
- Leeming, E., y Hayes, S.C. (2016). Parents Are People Too: The Importance of Parental Psychological Flexibility. *Clinical psychology science and practice, 23*, 158-160.
- Ley Orgánica 8/2015. Boletín Oficial del Estado, Madrid, 22 de Julio de 2015.
- Martínez González, Raquel Amaya. (2009). Programa-guía para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales. Recuperado de <http://www.observatoriodelainfancia.msssi.gob.es/productos/pdf/programaGuiaDesarrolloCompetencias.pdf>
- Moreno Ruiz, D., Estévez López, E., Murgui Pérez, S., y Musitu Ochoa, G. (2009). Relación entre el clima familiar y el clima escolar: el rol de la empatía, la actitud hacia la autoridad y la conducta violenta en la adolescencia. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 9*, 123-136.
- Oliva Gómez, E., y Villa Guardiola, V.J. (2014). Hacia un concepto interdisciplinario de la familia en la globalización. *Justicia Juris, 10*, 11-20.
- Oliva, A., Parra, A., y Arranz, E. (2008). Estilos relacionales parentales y ajuste adolescente. *Infancia y Aprendizaje, 31*, 93- 106.
- Pérez Padilla, J., y Menéndez Álvarez-Dardet, S. (2014). Un análisis tipológico del estrés parental en familias en riesgo psicosocial. *Salud Mental, 37*, 27-34.

- Pérez Padilla, J., y Menéndez Álvarez-Dardet, S. (2014). Estrés parental, estrategias de afrontamiento y evaluación del riesgo en madres de familias en riesgo usuarias de los Servicios Sociales. *Psychosocial Intervention*, 23, 25-32.77.
- Peña, M., Máiquez, M.L., y Rodrigo, M.J. (2014). Efectos de la inclusión de contenidos de desarrollo personal en un programa de educación parental para familias en riesgo psicosocial. *Anales de psicología*, 30, 201-210.
- Protectora de la Infancia (2007). Memoria Anual 2006. Santiago: Sociedad de Asistencia y Capacitación.
- Rodrigo López, M.J., Martín Quintana, J.C., Cabrera Casimiro, E., y Máiquez Chaves, M.L. (2009). Las Competencias Parentales en Contextos de Riesgo Psicosocial. *Intervención psicosocial*, 18, 113-120.
- Ruvalcaba Romero, N.A., Gallegos Guajardo, J., Villegas Guinea, D., y Lorenzo Alegría, M. (2013). Influencia de las habilidades emocionales, los estilos de comunicación y los estilos parentales sobre el clima familiar. *Revista de Investigación y Divulgación en Psicología y Logopedia*, 3, 2-7.
- Sánchez Ramos, J.M. (2011). *Un recurso de integración social para niños/as, adolescentes y familias en situación de riesgo: los centros de día de atención a menores*. Universidad de Granada, España.
- Torres, L., Ortega, P., Reyes, A., y Garrido, A. (2008). Dinámica familiar en familias con hijos e hijas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10, 31-56.
- Trigo Muñoz, J. (2012). Indicadores de riesgo en familias atendidas por los servicios sociales. *30 años de Apuntes de Psicología*, 30, 227-237.
- Tur-Porcar, A., Mestre, V., Samper, P., y Malonda, E. (2012). Crianza y agresividad de los menores: ¿es diferente la influencia del padre y de la madre? *Psicothema*, 24, 284- 288.

- Valdivia, C. (2008). La familia: conceptos, cambios y nuevos modelos. *La revue du REDIF*, 1, 25-22.
- Valladares, A. (2008). La Familia: Una mirada desde la Psicología. *Revista Electrónica de las Ciencia Médicas en Cienfuegos*, 6, 4-13
- Vargas Rubilar, J., Lemos, V., y Richaud, M.C. (2017). Programa de fortalecimiento parental en contextos de vulnerabilidad social: Una propuesta desde el ámbito escolar. *Interdisciplinaria*, 34, 1668-7027.
- White, A. (2005). Assessment of parenting capacity. Literature review. Centre for Parenting and Research. Ashfield. Australia: Department of Community Services.
- Woodward, L. y Fergusson, D. (2002). Parent, child, and contextual predictors of childhood physical punishment. *Infant and child development*, 11, 213-235.

Anexos

Anexo 1. Pelota sentimental

Nombre: Pelota sentimental

Duración: 20 minutos

Objetivo:

- Conocer al resto del grupo y su estado de ánimo.
- Hacer cohesión grupal
- Memorizar los nombres de todos liberando la timidez y las tensiones de las presentaciones tradicionales.

Materiales: Una pelota.

Realización:

Para el desarrollo de esta dinámica, la educadora pedirá a todo el grupo que se pongan en pie, formando un gran círculo. Tras esto, le pasará la pelota a un miembro del grupo al azar, que con ésta en la mano, comenzará diciendo su nombre, algo que le guste a hacer, con quién viene a las sesiones, y su estado de ánimo en ese momento.

Por ejemplo: “Hola, me llamo Elena, me gusta el cine, he venido con mi marido Alejandro y en estos momentos estoy nerviosa. Quiero que funcione el programa para acercarme a mis hijos.”

Tras esto le pasará la pelota a otro miembro del grupo que realizará el mismo procedimiento. Así hasta que todo el grupo se haya presentado y expresado.

Es importante que no se les presione a la hora de hablar y se les deje total libertad para expresarse. Se pregunta el estado de ánimo de la persona porque sabiendo esto, la educadora sabrá cómo enfrentarse al grupo durante el transcurso de la sesión. Aunque no se indica como técnica para las próximas sesiones, sería adecuado que antes de empezar cada sesión se preguntara a cada miembro del grupo por su estado de ánimo en ese momento concreto.

Anexo 2. Cuestionario situacional sobre prácticas educativas de riesgo. (autor?)

Situación 1. Su hijo ha suspendido la evaluación final en el colegio y no le ha enseñado las notas. Días más tarde usted lo descubre por un amigo de su hijo. ¿Cuántas veces haría estas cosas?

	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
a. Me enfado muchísimo con mi hijo/a y no le hablo en todo el día					
b. Le digo que lo que más me molesta es que no haya confiado en mí y me haya mentado					
c. Le digo que evite estar con ese amigo que es un chivato					
d. Intento pasarlo por alto, ya que no se puede hacer nada por solucionarlo					

Situación 2. Usted sabe que su hijo se está reuniendo con una pandilla que no tiene buena pinta. Además, está viendo como su hijo se está comportando de una forma extraña.

	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
a. Le dejo porque tengo que aceptar a mi hijo tal como es					
b. No le digo nada porque a esas edades no hay que meterse en las cosas de los hijos y amigos					
c. Le prohíbo que salga con esas amistades para evitar problemas					
d. Hablo con mi hijo para que me cuente por qué prefiere esos amigos					

Situación 3. Su hijo no ha estudiado nada en esta evaluación y está preocupado porque cree que va a suspender las matemáticas. Cuando regresa del colegio espera a que llegue usted para comentárselo.

	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
a. Le digo que aunque suspenda ya aprobará después					
b. Le digo que si sigue sin estudiar lo quito del colegio para que no pierda el tiempo					
c. Lo castigo sin salir a la calle para que estudie					
d. Procuo estar pendiente para que estudie todos los días					

Situación 4. Su hijo ha estado pasando unos días con sus primos. Al llegar a casa, usted observa que arma mucho jaleo y que juega en cualquier habitación de la casa.

	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
a. Le mando a su habitación y no le dejo ver su programa de televisión favorito					
b. Procuo que se calme poniendo sus videos favoritos					
c. Le explico que con ese ruido puede molestar a los vecinos					
d. Le mando salir a la calle para que no moleste en casa					

Situación 5. Usted va a recoger a su hijo al colegio y se encuentra con que la profesora lo ha castigado por ser muy hablador e inquieto. Usted sabe que su hijo es muy revoltoso.

	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
a. Le digo a mi hijo que por ese motivo, la profesora no tiene derecho a penarlo					
b. Le digo a mi hijo que además del castigo del colegio también tendrá un castigo al llegar a casa					
c. Le pido a mi hijo que piense por qué lo han castigado					
d. Le pido disculpas a la profesora para que le perdonen el castigo					

Situación 6. Usted quiere que su hijo le ayude a cuidar a sus hermanos pequeños los viernes por la tarde. Sin embargo, ese es el día en que los amigos de su hijo quieren salir a divertirse.

	Nunca	Pocas Veces	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
a. Hablamos durante un rato para intentar llegar a un acuerdo					
b. No permito que mi hijo se salga con la suya y le obligo a quedarse					
c. Le digo que se vaya cuando se tenga que marchar, pero que deje a sus hermanos viendo la televisión					
d. Le digo que salga, que ya me arreglaré como pueda					

Puntuaciones:

Nunca = 0 puntos

Pocas veces = 2 puntos

Algunas veces = 4 puntos

Casi siempre = 6 puntos

Siempre = 8 puntos

Puntuaciones totales:

Democrático o autoritativo =

Autoritario =

Permisivo =

Negligente =

Interpretación:

Cada situación tiene como respuesta los 4 estilos posibles, debiendo contestar a cada opción, con lo cual estarán puntuando en cada estilo. Finalmente, se sumarán las puntuaciones obtenidas en cada estilo y, lógicamente, el estilo en el que sume un mayor número de puntos será el predominante en la forma de enfocar la educación de sus hijos por parte de cada familia.

Anexo 3. Cuestionario: Escala de Competencia Parental Percibida. Versión para padres y madres (ECPP-p)

ITEMS	Nunca	A veces	Habitualmente	Siempre
1. Felicito a mis hijos cada vez que hacen algo bien.				
2. Respaldo en casa las reglas, normas y expectativas de conducta de la escuela.				
3. En casa se fomenta que cada uno exprese sus opiniones.				
4. Consulto con el maestro la evolución de mis hijos en el colegio.				
5. Conozco los deberes y tareas que les ponen en el colegio a mis hijos.				
6. Acudo a lugares donde hay más niños para potenciar que mis hijos se relacionen.				
7. Veo con mis hijos ciertos programas de TV y los comento con ellos después.				
8. Me preocupo por incluir a mis hijos en actividades extraescolares.				
9. Colaboro en las tareas del hogar.				
10. Ayudo a mis hijos a establecer una rutina diaria en cuanto a hábitos de higiene.				
11. Mantengo un contacto frecuente con la escuela para estar al tanto de cualquier información referente a los programas y recursos para las familias.				
12. Mantengo organizado una especie de archivo de mis hijos donde se incluyan: datos médicos, escolares, fotos, documentación legal, etc.				
13. Tengo una mentalidad positiva y abierta al conversar con el personal de la escuela.				
14. Respondo a las encuestas escolares que busquen averiguar los intereses, talento y habilidades de mis hijos.				
15. Establezco conjuntamente con el maestro, las metas y expectativas del niño.				
16. Existe una hora fija en la que mis hijos tengan que estar acostados o levantados.				
17. Dedico un tiempo al día para hablar con mi hijo.				
18. Ayudo a mis hijos a establecer una rutina diaria en lo referido al estudio.				

19. Hago pequeñas excursiones con la familia al cine, zoo, museos, parques, etc.				
20. Dispongo de suficiente tiempo para atender a mis hijos.				
21. Asisto regularmente a las reuniones que se establecen en el AMPA.				
22. Suelo pensar en el cambio que ha experimentado mi familia con la llegada de los hijos.				

Puntuaciones:

Nunca = 0 puntos

Pocas veces = 2 puntos

Algunas veces = 4 puntos

Casi siempre = 6 puntos

Siempre = 8 puntos

Interpretación:

Los padres con puntuaciones más altas son democráticos, siguiéndole los permisivos, autoritarios y por último, los negligentes.

Anexo 4. El mapa de navegación

Duración: 45 minutos.

Objetivos:

- Identificar el tipo de relaciones familiares que caracterizan, en situación cotidiana la unidad familiar.
- Analizar la importancia que tienen estas vinculaciones en la dinámica familiar y en la relación diaria entre padres y adolescentes.
- Profundizar en algunos aspectos que pueden ayudar a mejorar y potenciar la red de relaciones familiares.

Materiales: Bolígrafo

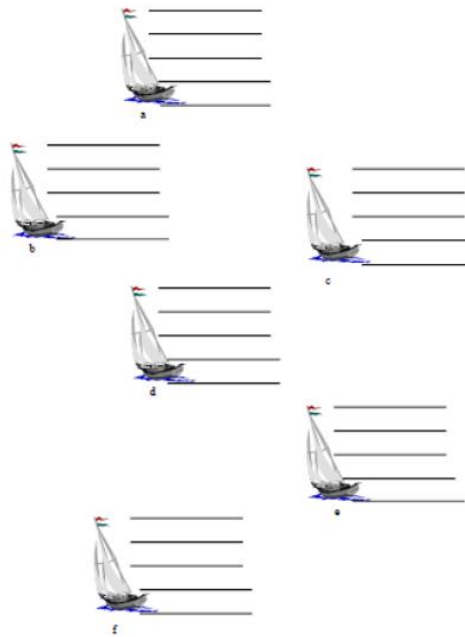
Realización:

Se comienza a explicar que en cada familia, hay distintos tipos de relaciones. En ciertos casos, estas relaciones pueden ser muy estrechas entre algunos miembros de la familia, mientras que con otros suelen ser más distantes incluso conflictivas. Por tanto, es común que en una familia existan diferentes barcos con distintos pasajeros. Pasajeros que, a lo largo del tiempo y según las circunstancias, suben y bajan de las distintas embarcaciones.

Incluso puede suceder que, el mapa de navegación que caracteriza la rutina de una familia cambie su curso normal cuando surge una situación problemática o conflictiva. Tras introducir estas cuestiones preliminares, se pedirá a los asistentes que reflexionen acerca del mapa que caracteriza la actividad rutinaria o cotidiana de la familia. Para ello planteará preguntas como las siguientes:

- En vuestra familia ¿quiénes comparten generalmente sus inquietudes y alegrías?
- ¿En la actualidad, qué miembros de la familia se conocen más o saben más el uno del otro?
- ¿Quiénes se necesitan más entre sí?
- ¿Quién recurre a quién de la familia cuando tiene un problema personal?
- ¿Quiénes están casi siempre de acuerdo entre sí?
- ¿Quiénes se llevan mejor?

Una vez planteadas estas cuestiones, pasaremos a identificar la cantidad de embarcaciones que hay en la familia. Para ello se les repartirá el siguiente documento.



En él deberán escribir los nombres de los distintos pasajeros de su familia nuclear que habitualmente están sobre estos barcos. Por ejemplo, si en la familia de María, ella está muy unida a su hijo Carlos y a su hijo Alfonso, y su marido Paco a su hija Alicia, en una embarcación anotará los nombres de Paco y de Alicia, y en otra, los de María, Carlos y Alfonso. Además, se explicará que hay que tener en cuenta, cuando se anoten los nombres de los pasajeros en las distintas embarcaciones, la proximidad espacial que presentan entre sí los barcos. Esta refleja el menor o mayor grado de unión que existe entre los pasajeros de los distintos barcos. De este modo escribiremos los nombres dentro de las embarcaciones (a, b, c, d, e) teniendo en cuenta el nivel de relación que tenemos con los otros miembros. Si la relación es buenas nos situaremos en barcos cercanos (a-b) y si por el contrario es un poco más distante en barcos más lejanos (a-d) por ejemplo. Además, también cabe indicar que es posible que una misma persona esté situada en varios barcos, al mantener con varios miembros de la familia un grado de confianza e intimidad elevado, lo que nos indica que se trata de una persona central en la familia.

Por parejas se trata de analizar en conjunto el grado de satisfacción que se tiene con respecto a las vinculaciones que existen en la familia, intentando comprender cómo nos afecta. Además, es una forma de escucharse mutuamente y observar si las percepciones de unión que tienen son las mismas o por el contrario, son muy diferentes. Para finalizar la dinámica, en gran grupo los participantes, por parejas, expondrán sus mapas de navegación. En esta puesta en común, se comenzará con aquellos que estén satisfechos

con su mapa de navegación o que más similitudes hayan encontrado al ponerlo en común padres e hijos. Posteriormente se pasará a analizar el mapa de navegación de aquellos que no estén satisfechos o no hayan tenido apenas cosas en común. Es importante que verbalicen las razones por las que no están satisfechos o por las que ha habido diferencias y, que en gran grupo, se intenten buscar los aspectos positivos de estas familias y, se aporten soluciones que puedan ayudar a mejorar las relaciones entre ambos. Es importante que el ejercicio finalice como una actividad constructiva y positiva para los participantes.

Anexo 5. El planeta

Duración: 25 minutos


Objetivos:

- Reconocer los cambios de la unidad familiar
- Tomar conciencia de la importancia que tiene la flexibilidad como factor determinante para el ajuste de la familia y para el desarrollo de la buena comunicación.
- Conseguir llegar a acuerdos flexibles

Materiales: Bolígrafo y documento

Realización:

Se reparte el siguiente documento:



EL PLANETA

¿Qué normas o reglas han cambiado en la familia desde que se ha llegado a la adolescencia? Piensa en las normas que había antes y compáralas con las que hay actualmente. Para ayudarte, encontrarás, a continuación, algunas áreas en las que es posible que haya habido un cambio; si lo ha habido escribe, por favor, cuál ha sido.

1. **Distribución de las obligaciones de la casa** (tanto las tareas de casa, como todo aquello que afecta al funcionamiento de la familia, como bajar la basura o comprar comida).

2. **Libertad del adolescente para decidir la ropa que lleva o quiere llevar.**

3. **Horarios de salida y entrada del adolescente.**

4. **Comidas y visitas familiares** (quién asiste o debe asistir a estos eventos).

5. **Autoridad** (qué personas mandan en casa).

6. **Deberes y obligaciones del adolescente con su trabajo escolar.**

7. **Gastos.**

8. **Otros** (los que a ti te parezcan y que no han sido mencionados).

A continuación se pide a todos los participantes que se fijen en el dibujo del planeta de la parte superior de la ficha. Como se puede observar, este planeta gira debido a la aparición de nuevas circunstancias y eventos que le obligan a cambiar determinados aspectos de su propio funcionamiento. Esto es lo que ocurre en cada familia; hay movimientos que hacen que la unidad familiar vaya cambiando con el tiempo. Uno de los momentos clave en los cambios familiares se produce cuando el hijo deja de ser pequeño para convertirse en adolescente. Este pide (y exige) en muchos casos nuevas reglas y normas en la familia, que les dé más reconocimiento como persona que puede opinar, mandar y actuar con más libertad. Por otro lado, los padres también sienten este cambio y no siempre están preparados. Estos no poseen un manual que les enseñe a “actuar como padres”, lo que genera en ocasiones discrepancias con el hijo/a adolescente a la hora de estipular las normas de casa.

Tras introducir estos conceptos, se procederá a explicar a los participantes que la tarea consiste precisamente en reflexionar acerca de los cambios que se han producido en su planeta desde que se ha llegado a la etapa de la adolescencia: ¿qué reglas o normas han cambiado en estos últimos años en su familia?

Individualmente, cada uno escribirá en la hoja que les han repartido, aquellas cosas que piensan que han cambiado y lo harán siguiendo los ítems estipulados, por ejemplo: “distribución de las tareas de casa”. Una vez rellenas las fichas, ambos se juntarán y pondrán en común aquello que han escrito en sus fichas, de modo que compartirán los sentimientos y la visión que tienen acerca del cambio.

Anexo 6. Retroalimentación positiva

Duración: 15 minutos.

Objetivos:

- Promover la expresión de aspectos positivos

Material: Bolígrafo y folios

Realización:

Se divide a los asistentes en grupos de dos y se pide a cada persona que escriba 4 ó 5 cosas que hayan notado en su compañero. Todos los conceptos deben ser positivos (bien vestido, voz agradable, sabe escuchar, etc.).

Después se dan unos cuantos minutos para que escriban y entonces se iniciará una comunicación entre cada grupo, en el cual el observador expresa lo que escribió acerca del compañero.

Se les aplica unas preguntas para su reflexión: ¿Se sintió a gusto con este ejercicio? Si/no, ¿por qué? (Puede ser una nueva experiencia para el emisor y el receptor de retroalimentación positiva). ¿De qué manera sería más fácil dar retroalimentación positiva a los demás? (Crear primero una relación más estrecha; dar pruebas para validación; seleccionar un momento adecuado). ¿Qué nos haría más fácil recibir retroalimentación positiva de los demás? (Practicar aceptarla de buen agrado; permitir que uno mismo la reciba con agrado).

Anexo 7. Dar y recibir afecto

Duración: 30 minutos

Objetivos:

- Conocer la importancia de la afectividad en una familia
- Vivenciar los problemas relacionados con dar y recibir afecto

Materiales: No se necesitan materiales.

Realización:

El instructor presenta el ejercicio, diciendo que para la mayoría de las personas, tanto dar como recibir afecto, es un asunto muy difícil. Para ayudar a las personas a experimentar la dificultad, se usa un método llamado bombardeo intenso.

Las personas del grupo dirán a la persona que es el foco de atención todos los sentimientos positivos que tienen hacia ella. Ella solamente oye.

La intensidad de la experiencia puede variar de diferentes modos. Probablemente, la manera más simple es hacer salir a la persona en cuestión del círculo y quedar de espaldas al grupo, escuchando lo que se dice. O puede permanecer en el grupo y le hablan directamente.

El impacto es más fuerte cuando cada uno se coloca delante de la persona, la toca, la mira a los ojos y le habla directamente.

Al final habrá intercambio de comentarios acerca de la experiencia.

Anexo 8. Acción-reacción

Duración: 45 minutos

Objetivos:

- Identificar situaciones cotidianas que pueden terminar en conflicto
- Concienciar a los padres sobre sus reacciones;
- Elaborar estrategias alternativas y contrastar en grupo diferentes experiencias y dificultades de la educación de sus hijos.

Materiales: Bolígrafo, folio y hoja de casos.

Realización:

Se les pedirá que en el pequeño grupo comenten sus ideas sobre el caso y sus propias experiencias educativas con sus hijos y que anoten en la ficha las ideas fundamentales de su debate.

Los casos que se trabajarán son:

Caso Juan, acostarse, 4 años:

Padre: Y todos vivieron felices y comieron perdices. Bueno Juan, este es el final de la historia y ya es hora de que te vayas a la cama. Juan: ¿Puedes leerme otro cuento? Padre: No, Juan, ya es tarde, así que buenas noches. Mm, vamos a ver, hoy ponen una buena película en el canal... Juan: ¡Papi! Padre: ¿Qué pasa, Juan? Juan: Tengo sed. ¿Puedo ir a beber agua? Padre: Bueno, date prisa y vete a la cama. A ver, ¿qué canal era.....? Ah sí, el canal... Juan: ¡Papi! Padre: ¿Qué pasa ahora, Juan? Juan: Tengo que ir al baño Padre: ¡Bueno vete al baño, y por favor te acuestas enseguida, eh?!

Caso Isabel, estudios, 9 años:

Padre: ¡Pero si son las 9 de la noche y no has hecho todavía los deberes! Isabel: ¡Yo no tengo la culpa. Ya te he dicho que no sé hacer estos ejercicios de matemáticas! No los entiendo. Padre: No me explico cómo no los sabes hacer, Isabel. Te los he explicado una y otra vez. No sé qué más puedo hacer. Puede que las matemáticas sean muy difíciles para ti. Isabel: Sí, creo que tienes razón.

Caso Ana, dormir fuera, 15 años:

Ana: Mamiii, ¿puedo dormir en casa de María esta noche? Madre: No, Ana, porque mañana es día de ir a clase. Ana: Ya lo sé. Pero, ¿puedo hacerlo solamente por hoy? Anda, “porfa”... Madre: No, lo siento, Ana. Ana: Pero la madre de María sí la deja dormir fuera aunque al día siguiente haya clase. Madre: A mí no me interesa lo que hace la madre de María. Yo soy tu madre y digo que NO. Ana: ¡Tú nunca me dejas hacer nada! Madre: ¡Basta Ana! Ana: ¡No veo por qué no puedo ir a dormir sólo por esta noche! Madre: ¡Porque digo que NO! y ¡basta!

Para ello, el coordinador puede sugerir las siguientes preguntas:

1. ¿Qué conductas concretas del hijo/a cabe resaltar en este caso?
2. ¿Estas conductas del hijo/a son esperables para su edad?
3. ¿Qué busca obtener el hijo/a de su padre/madre en este caso?
4. ¿Cómo se siente la madre/padre ante las conductas del hijo/a:
 - a. ¿Se siente molesto/a o irritado/a?
 - b. ¿Se siente retado en su autoridad como padre-madre?
 - c. ¿Se siente dolido como persona?
 - d. ¿Se siente impotente y sin saber qué más puede hacer con su hijo/a para resolver la situación?
 - e. ¿Cómo reacciona el padre-madre ante las conductas del hijo/a?
5. ¿Tiende a imponerse ante su hijo/a?
6. ¿Qué conductas concretas del padre-madre cabe resaltar en este caso?
7. ¿Podría el padre-madre reaccionar de otra manera ante el hijo/a para evitar el conflicto de relación entre ellos?
8. ¿Podría el padre-madre controlar su reacción impulsiva ante el hijo/a, intentando moderar, por ejemplo, su tono de voz, el contenido de sus palabras e intentando escuchar?
9. ¿Necesitan los padres y madres aprender técnicas de relajación y de autorregulación emocional para controlar sus frustraciones y reacciones impulsivas con sus hijos y reducir así las posibilidades de conflicto?

Anexo 9: Yo soy

Duración: 40 minutos

Objetivos:

- Concienciar de que todos poseemos cualidades positivas y de que nuestra autovaloración será positiva o negativa en función de con quién nos comparemos.

Materiales: Diapositiva de power point para explicar la autoestima, folios.

Realización:

En primer lugar, el profesor hace una breve introducción acerca de lo que significa la palabra “autoestima”:

La autoestima hace referencia al concepto que tenemos de nosotros mismos, según unas cualidades subjetivas, puesto que se basa en la percepción que tenemos de nosotros mismos y la que creemos que tiene los demás de nosotros, y según unas cualidades de tipo valorativo, puesto que en función de nuestras experiencias y de los valores que imperen en nuestra cultura, atribuimos a estas cualidades un valor positivo o negativo. El origen de nuestra autoestima se encuentra en nuestro entorno social, más concretamente en nuestras relaciones interpersonales más significativas para nosotros, así pues, padres, hermanos, profesores y amigos son los que más contribuyen a favorecer o dificultar las experiencias sociales en las que podemos comprobar nuestras cualidades, en función del modo en que nos tratan, de cómo interpretan nuestras conductas y de la información concreta que nos transmiten sobre nosotros mismos.

A continuación, se reparte a cada alumno un folio, en el que pondrán en la parte superior la frase YO SOY....., y a la parte izquierda del folio la misma frase, escrita unas 20 veces. Quedará de la siguiente forma:

- Yo soy.....
- Yo soy.....
- Yo soy.....
- Yo soy.....
- Yo soy..... Etc.

Se les indica las siguientes instrucciones: “Vais a escribir características vuestras que consideréis que sean positivas (cualidades, logros, destrezas, conocimientos, capacidades...). A continuación, por parejas, os vais a vender a vosotros mismos. Uno hará el papel de vendedor y otro de comprador, y después cambiaréis los papeles. El

vendedor expondrá las razones por las que al comprador le conviene adquirirlos”. Finalmente, el profesor pregunta a los alumnos las dificultades que han tenido a la hora de completar las frases de yo soy, y a la hora de venderse y las va anotando en la pizarra.

Explica a los alumnos que a la mayoría de personas nos es difícil reconocer cualidades positivas que poseemos en algunos momentos, y que esto ocurre porque las personas elegimos un modelo con el que compararnos, y depende de con quién nos comparemos, nos evaluamos más positiva o más negativamente.

De lo que se trata es de hacer una comparación lo más realista posible, para que el resultado sea ajustado a la realidad, y así nuestra autovaloración no se verá afectada.

Anexo 10. Derechos asertivos

Duración: 20 minutos

Objetivos:

- Desarrollar las posibilidades de autoconocimiento y de ejercicio asertivo de la autoconfianza
- Propiciar la exploración de autoafirmación, alcances y límites

Materiales: Folio “yo tengo derecho”, “los otros tienen derecho a recibir de mi”

Realización:

Se pide que identifiquen individualmente los derechos que creen tener en la familia, el trabajo y la sociedad.

Se forman subgrupos y se pide que traten de destacar, con las contribuciones de cada participante, por lo menos cinco derechos que los subgrupos creen tener en lo familiar, lo laboral y lo social y al finalizar se leen en alto.

En segundo lugar se determinan aquellos que creen tienen los miembros de sus familias, de su trabajo y de la sociedad.

El profesional guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

YO TENGO DERECHO:

- En mi casa a:
- En mi trabajo a:
- En mi grupo de amigos a:

LOS OTROS TIENEN DERECHO A RECIBIR DE MÍ:

- En mi casa a:
- En mi trabajo a:
- En mi grupo de amigos a:

Anexo 11. Información de escucha activa y empática

Cuando nos comunicamos con otras personas esperamos que nos escuchen y nos entiendan.

Cuando nuestros hijos quieren contarnos algo y ven que les escuchamos con interés, sin interrumpirles ni corregirles, y sin hacer otras cosas a la vez, se sienten atendidos y respetados.

Cuando los padres y madres escuchan a sus hijos, ellos aprenden a escuchar también a sus padres y madres y a respetar lo que les dicen.

Cuando vemos que las personas nos comprenden y entienden lo que sentimos cuando estamos tensos, solemos relajarnos.

Es importante que los padres y madres muestren a sus hijos que entienden cómo se sienten, sobre todo, si están pasando por un momento desagradable o tienen que superar alguna frustración. Para ello pueden utilizar frases como la siguiente de escucha activa: “Parece que te sientes ... porque”

Escuchar a los hijos no significa necesariamente estar de acuerdo con todo lo que dicen. Conviene escucharlos para saber cómo piensan y lo que les sucede, esto les ayuda a sentirse mejor consigo mismos al notar que sus padres y madres les atienden.

Anexo 12. Estilos de comunicación y conducta

Estilo de conducta	Pasivo	Agresivo	Asertivo
Comunicación no verbal	Mirada huidiza o baja, postura encogida y cabizbaja, movimientos nerviosos de las manos, expresión facial tensa, voz débil y vacilante.	Mirada fría y penetrante. Postura estirada, rígida, echada hacia delante, frecuentes señales con el dedo, manos cerradas. Voz fuerte y tono crítico o sarcástico.	Mirada directa, abierta y sincera, sonrisas acorde con el mensaje. Postura relajada y bien equilibrada, manos sueltas a cada lado del cuerpo, gestos relajados. Voz tranquila y controlada.
	Padre: Juan, ¿puedes ir a comprar el periódico? Yo no puedo, estoy esperando una llamada. Necesito saber antes de que me llamen si ha salido un anuncio en el periódico...	Madre: ¡Oye tú, baja a por el pan! ¡Haz algo, en lugar de estar ahí perdiendo el tiempo!	Madre: Juan, cariño, necesito que vayas a comprar pan. Estoy haciendo la comida y no tenemos bastante para comer. Por favor, deja lo que estés haciendo y vete rápido que van a cerrar. Luego sigues.
Comunicación verbal	Hijo adolescente: - ¡No ves que no puedo, estoy haciendo los deberes! ¡si te llaman, ya les digo que te vuelvan a llamar!	Hijo adolescente: - ¡Estoy estudiando para un examen, no puedo...!	Hijo adolescente: - Ahora no puedo, estoy estudiando.
	Padre: Hijo, es que no puedo ir esa llamada es muy urgente.	Madre: ¡Déjate de rollos y haz ahora mismo lo que te digo!	Madre: Ya sé que es un incordio. En cuanto subas sigues estudiando
	Hijo adolescente: Te he dicho que ahora no puedo, tengo que acabar esto. Iré luego, deja de quejarte que siempre estás igual... ¡haber ido antes a por el periódico!	Hijo adolescente: No hay quien te aguante. (Se levanta, toma el dinero de su madre y da un portazo).	Hijo adolescente: Bueno, si no hay más remedio...
	Padre: Bueno, iré yo.		Madre: Gracias, Juan

Anexo 13. Completa la frase

Duración: 40 minutos

Objetivos:

- Ayudar a padres a identificar con claridad las diferencias que existen entre mensajes que utilizan el formato de lenguaje de la escucha activa y los mensajes de uso diario que no son eficaces para fomentar empatía, comunicación y el respeto mutuo entre padres e hijos.

Materiales: Folio que contenga la información siguiente.

Realización:

Suponga que ha tenido un conflicto con alguien y está molesto. Al momento se encuentra a un amigo y le cuenta lo sucedido:

¿Cómo se sentiría si su amigo le respondiera así? ¿Le tranquilizaría y se sentiría comprendido?

1. « ¡Estoy harto/a del modo en que me trata! ¿Sabes lo que pasó hoy? »

Respuesta 1a. ¡Bueno..., no es para tanto! No le des tanta importancia

Respuesta 1b. Veo que esta situación te ha molestado y que se trata de algo importante para ti.

Respuesta 1c. Completar con otra frase de escucha activa:.....

2. “¡Vaya una madre que no le plancha las camisas a su hijo!”

Respuesta 2a. ¡No tendrías que consentirle que te trate así!

Respuesta 2b. Veo que te sientes dolida porque tu hijo es muy exigente contigo y eso te hace sentir mal

Respuesta 2c. Completar con otra frase de escucha activa:.....

3. “Calla la boca, que nunca tienes ni idea de lo que dices. Tú qué sabrás”

Respuesta 3a. ¡Bueno, tranquilízate..... te va a dar un ataque!

Respuesta 3b. Veo que te sientes menospreciado/a porque no escucha tus ideas

Respuesta 3c. Completar con otra frase de escucha activa:.....

Anexo 14. Ni me escuchas ni me entiendes

Duración: 40 minutos

Objetivos:

- Vivir una situación incómoda para darse cuenta de la importancia de escuchar a las personas y en este caso a los niños.

Materiales: No se necesitan

Realización:

Por parejas, una persona cuenta algo a la otra (lo que hizo ayer por la tarde, por ejemplo). La persona que se supone tiene que estar escuchando va a hacer todo lo contrario: pondrá pegas a todo lo que dice, dará consejos sin que se los pida el que habla, dirá “*ya hablaremos de eso más tarde*”, tratará de contar una historia mejor, conversará con alguien más mientras le está hablando la otra persona, no responderá, se pasará de gracioso diciendo una tontería tras otra, interrumpirá y cambiará de tema, etc.

Después de dos minutos deben comentar entre ellos cómo se han sentido cada uno de los dos y finalmente cambiar de papeles, ¿cómo se han sentido en el nuevo rol?

Cuando hayamos terminado comentamos si hemos vivido, con frecuencia o no, situaciones similares y cómo nos hacen sentir. Preguntas para reflexionar: ¿las hemos provocado?, ¿sentimos que se nos escucha poco?, ¿cuándo?, ¿dónde?, ¿podemos hacer algún compromiso para cambiar algo?

Anexo 15. Problema de todos

Duración: 1 hora y 20 minutos

Objetivos:

- Ayudar a identificar y reconocer con claridad los pasos a seguir para poner en práctica el método de exploración de alternativas con sus hijos, de modo que puedan ayudarles a resolver sus propios problemas.

Materiales: Folio de alternativas y folios de situaciones

Realización:

Se repartirán estas hojas a cada participante:

ALTERNATIVAS:

1. Identificar el problema
2. Soluciones o alternativas al problema
3. Posibilidades o limitaciones a esas alternativas
4. Elegir una alternativa como solución
5. Pensar en cómo se va a poner en práctica
6. Poner en práctica
7. Fijar un momento de revisión para ver si funciona

MADRE: ¿Qué tal vas esta semana con las matemáticas?

PABLO: No sé. Es muy difícil...

MADRE: Siempre dices lo mismo. Lo que tienes que hacer es estudiar más.

PABLO: ¡Yo hago lo que puedo, pero nunca está bien..... ! ¡No sé qué más hacer.....!

MADRE: Estudiar más y no tanta videoconsola.

PABLO: ¡Déjame en paz. Tú que sabrás!

MADRE: ¡No me hables de ese modo!

PABLO: ¡Déjame en paz.....! (Pablo sale enfadado de la habitación y da un portazo.)

Se leerá en voz alta este caso y cada uno apuntará en la hoja de “alternativas” lo que debería haberle dicho la madre en ese momento. Se comentan grupalmente las opciones de solución de conflicto y se entrega esta hoja a cada miembro.

MADRE: ¿Qué tal vas esta semana con las matemáticas?

PABLO: No sé. La “profe” pone ejercicios muy difíciles...

MADRE: Parece que estás desanimado por lo que espera la profesora (Paso 1: Identificar y comprender claramente el problema) + (Escucha activa).

PABLO: ¡Yo hago lo que puedo, pero nunca está bien! ¡No sé qué más hacer!

MADRE: ¿No sabes cómo hacer lo que ella quiere? (Escucha activa)

PABLO: No; y si suspendo... ¡Luego os enfadáis en casa!

MADRE: ¿Quieres que miremos a ver si encontramos alguna solución entre los dos?

PABLO: ¿Qué solución?

MADRE: Bueno, no lo sé. Pero si hablamos podemos encontrar algo. ¿Qué te parece?

PABLO: Bueno.

MADRE: ¿Qué se te ocurre a ti que podrías hacer? (Paso 2: Proponer posibles alternativas para solucionar el problema)

PABLO: A lo mejor tengo que estudiar más, pero ¡no sé de dónde voy a sacar el tiempo. Ya estudio todo lo que puedo!

MADRE: Así que estudiar más es una idea, pero no estás a gusto con eso porque no sabes de dónde vas a sacar el tiempo. (Paso 1: Identificar y comprender claramente el problema) + (Escucha activa).

PABLO: Sí.

MADRE: Bueno, esa es una posibilidad. Vamos a buscar más ideas y a ver cuántas se nos ocurren, aunque sean muy raras, no importa. Las voy a anotar todas en este papel. ¿Qué te parece? (Paso 2: Proponer posibles alternativas para solucionar el problema).

PABLO: Bien.

MADRE: Vale, ¿se te ocurren otras ideas? PABLO: No.

MADRE: Dijiste antes que no sabes lo que quiere tu profesora. ¿Cómo podrías averiguarlo?

PABLO: No sé.

MADRE: Si tu amigo Pedro tuviera ese problema, ¿qué le dirías que hiciera?

PABLO: Pues le diría que preguntara a la profesora qué quiere.

MADRE: ¿Crees que podrías hacer tú eso también?

PABLO: A lo mejor, no sé...

MADRE: ¿Es por lo menos una posibilidad?

PABLO: Sí...

MADRE: Bueno, hasta ahora has comentado que puedes dedicar más tiempo a estudiar o preguntarle a la profesora qué quiere. ¿Alguna otra idea?

PABLO: No se me ocurre ninguna.

MADRE: Vale, tienes dos ideas. Vamos a repasar cada una. ¿Qué hay sobre estudiar más? (Paso 3: Pensar en las posibilidades y limitaciones de cada alternativa).

PABLO: No tengo tiempo.

MADRE: Así que eso no es algo que quieras hacer; ¿y preguntarle a la profesora? (Paso 4: Elegir una alternativa como solución) + (Escucha activa).

PABLO: Bueno, puedo intentarlo.

MADRE: ¿Cómo lo harás? (Paso 5: Concretar cómo se va a poner en práctica esa alternativa)

PABLO: Puedo hablar con ella al terminar la clase o en tutoría para ver qué hay que hacer en esta asignatura.

MADRE: ¿Qué le dirás?

PABLO: No lo sé todavía.

MADRE: Hace un rato dijiste que no sabes cómo hacer las cosas del modo que ella quiere. ¿Qué te parece si se lo explicas, diciéndole que quieres hacer el trabajo bien y que te dé algunas pautas?

PABLO: Sí, puede ser.

MADRE: ¿Estás a gusto con esa idea? (Paso 1: Identificar y comprender claramente el problema)

PABLO: No mucho...

MADRE: ¿Quieres probar y ver qué pasa? (Paso 6: Poner en práctica la alternativa)

PABLO: Bueno MADRE: ¿Cuándo hablarás con ella?

PABLO: Mañana.

MADRE: Después de hablar con ella ¿quieres que comentemos cómo te fue? (Paso 7: Fijar un momento para revisar si funciona esa alternativa)

PABLO: Vale.

CUESTIONARIO DE VALORACIÓN FINAL Y SATISFACCIÓN

Nombre:

A continuación, le presentamos algunas preguntas relacionadas con el programa.

A partir de su respuesta, se incorporarán las mejoras y servirá para conocer si le ha resultado útil.

Por favor, lea detenidamente las preguntas y rodea con un círculo la respuesta más apropiada o escribe cuando sea necesario. Gracias.

1. El programa posee una secuencia de sesiones comprensible y coherente.

SI

NO

2. ¿Qué has aprendido de este programa?

-
-
-
-
-
-

3. ¿Cómo valorarías los contenidos del programa?

ADECUADOS

INSUFICIENTES

4. ¿Qué otros contenidos te gustaría haber trabajado?

5. Las dinámicas o actividades propuestas en las sesiones me han parecido provechosas para mi vida familiar.

SI

NO

6. ¿Se han producido cambios de interés en tu vida familiar? Justificación.

SI

NO
