



**UNIVERSITAT
JAUME·I**

**TRABAJO FINAL DE GRADO EN
MAESTRO/A DE EDUCACIÓN INFANTIL**

**LA INFLUENCIA DE LOS ESTILOS
PARENTALES EN LOS NIÑOS.
ESCUELA PARA PADRES**

Nombre de la alumna: Beatriz González Gavaldá

Nombre de la tutora de TFG: Sara Prades Plaza

**Área de Conocimiento: Didáctica de las ciencias
Sociales**

Curso académico: 2015 - 2016

INDEX

RESUMEN	4
JUSTIFICACIÓN	5
INTRODUCCIÓN TEÓRICA	6
ESTILO EDUCATIVO PARENTAL.....	7
1.1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL CONCEPTO ESTILOS EDUCATIVOS PARENTALES.....	7
1.2. EDUCACIÓN FAMILIAR	8
1.3. ESTILOS EDUCATIVOS PARENTALES Y CONSECUENCIAS EDUCATIVAS SOBRE LA SOCIALIZACIÓN DE SUS HIJOS	9
LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL CONTEXTO FAMILIAR	12
2.1. LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	12
2.2. LA CONTRIBUCIÓN DE LAS FAMILIAS EN LA EDUCACIÓN EMOCIONAL.....	12
LA NECESIDAD DE PROGRAMAS DE ORIENTACIÓN EMOCIONAL FAMILIAR.....	13
METODOLOGIA.....	15
RESULTADOS.....	17
CONCLUSIONES.....	20
BIBLIOGRAFIA	22
ANEXOS.....	24

AGRADECIMIENTOS

La autora de este trabajo agradece a las madres y padres de Educación Infantil y de primer ciclo de Educación Primaria, que hayan participado en la orientación educativa para la vida familiar desarrolladas a través de la Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales, por sus comentarios e implicación en el programa. Por otra parte a la maestra supervisora y al equipo directivo del Colegio Cervantes de Nules por el apoyo recibido para llevar a cabo el programa y los recursos e infraestructuras facilitados durante el proceso. De igual modo, agradece a la Dra. Sara Prades Plazas por su constancia y paciencia, y sus consejos durante todo el periodo.

RESUMEN

En el presente trabajo se tratan los estilos parentales y cómo estos influyen desde edades muy tempranas en los niños, así como la relación entre los estilos parentales y la educación emocional, entendida como un contexto de socialización que ayuda a desarrollarse a lo largo de la vida. El objetivo principal de este trabajo es transmitir la gran relevancia de unas buenas técnicas disciplinares por parte de los padres para crear ciudadanos competentes en todas las áreas, con una buena salud mental y emocional. Para empezar hemos seleccionado información sobre los estilos parentales, dado que las formas de actuar, intervenir y responder de los familiares afectan directamente a las conductas de sus hijos, a la vez generan en éstos comportamientos y sentimientos internos que los acompañarán en su vida. Seguidamente, se analizan los conceptos de educación emocional e inteligencia emocional, remarcando su importancia e igualándolos a una formación académica, puesto que son los ingredientes que nos ayudarán a tener éxito en nuestras relaciones personales y profesionales. Finalmente, se elabora una escuela para padres para enseñar a las familias qué son los estilos parentales y cómo las técnicas disciplinares influyen en las emociones y sentimientos de sus hijos, así como técnicas adecuadas para la conducta de éstos.

PALABRAS CLAVE/DESCRIPTORES:

Estilos parentales, medio social, educación emocional, educación infantil y escuela para padres.

JUSTIFICACIÓN

Hemos elegido realizar un estudio teórico junto con una propuesta práctica sobre los estilos de enseñanza en el contexto familiar y la importancia de una buena educación emocional. El motivo principal es que la función educativa le es propia a la familia, puesto que es el primer contexto con el que se relaciona el niño; y de sus progenitores obtiene acciones afectivas, disciplinarias y educativas. Es decir, los padres al relacionarse con sus hijos llevan a cabo un proceso de socialización por el cual el niño o niña adquiere sus primeras capacidades cognitivas y sociales que constituyen su propia identidad y por el cual realiza un proceso de interiorización de las normas y roles que configuran una identidad coherente y continua.

De este modo, podríamos afirmar que la familia constituye un factor relevante en la educación emocional de los niños; puesto que le enseña las técnicas para relacionarse con las demás personas de la sociedad y a comportarse en determinadas situaciones, que son indispensables para su desarrollo integral. Pero, como demuestra la experiencia docente, los padres muestran cierta dificultad a la hora de instruir a sus hijos en la educación emocional entendiéndola como un proceso “de desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana” (Bisquerra, 2004: 243), y es este aspecto donde la mayoría de los padres no tienen técnicas para educar a sus hijos. Para tener una vida emocional saludable es importante conocer y gestionar las emociones, proporcionándoles un soporte emocional y seguro.

Debemos de tener en cuenta que vivimos en una sociedad donde se producen cambios continuamente, tanto de avances científicos como tecnológicos y transformaciones sociales, y por tanto los estilos educativos parentales con los que fueron educados los adultos en su infancia y adolescencia se encuentran obsoletos, ya que no les sirven para educar a sus hijos (Aguilar Ramos, 2002). Por este motivo, es necesario formar a los padres en la sociedad actual para que puedan ayudar mejor a las demandas académicas y emocionales de sus hijos.

Por todo lo expuesto, se ha considerado adecuado realizar una escuela para padres para enseñarles los diferentes estilos educativos y sus consecuencias, así como la importancia de una educación emocional en su familia. Gracias a este programa podrán adquirir una mayor formación en las estrategias educativas y en la inteligencia emocional, ya que pensamos que a partir de esta formación los padres podrán ayudar a sus hijos a resolver problemas emocionales cuando se encuentren confusos sobre lo que sienten o cómo se sienten, a transmitirles que dependiendo de las emociones debemos de actuar de una forma u otra y, sobretodo, a saber dirigir las adecuadamente.

INTRODUCCIÓN TEÓRICA

Como dicen Torío, Peña y Rodríguez (2008: 152):

Nadie puede poner en duda que la familia es el contexto de crianza más importante en los primeros años de vida, adquiriendo en él, niños y niñas, las primeras habilidades (reír, hablar, jugar) y los primeros hábitos que le permitan conquistar su autonomía y las conductas cruciales para la vida.

Por tanto, podemos afirmar que el papel desempeñado por los adultos en la educación de sus hijos es de crucial influencia a lo largo de sus vidas. No obstante, hay otros elementos de influencia directa en el comportamiento de los niños, como los factores individuales y contextuales, que también influyen de manera directa en el desarrollo integral de los niños. La presencia combinada de estos puede agravar el riesgo y el impacto de un factor particular puede depender de la presencia y número de otros factores (Justicia, Benítez, Pichardo, Fernández, García, Fernández-Cabezas, 2006). Pero en este trabajo nos centraremos en la familia como agente de influencia en la educación de los infantes y sus repercusiones positivas y negativas.

En las páginas siguientes, expondremos una investigación acerca de la influencia de los estilos parentales y sus pautas de crianza y como estos afectan en el desarrollo de los niños, centrándonos especialmente en la educación emocional, también entendida como inteligencia emocional. En primer lugar, se describe brevemente la evolución del concepto de estilo parental y la importancia de la educación familiar, se mencionan las variables que influyen en cada estilo y algunas de las consecuencias positivas y negativas de los diferentes estilos parentales en distintos ámbitos del desarrollo del niño. En segundo lugar, se detalla el concepto de educación emocional y la importancia que tiene en el desarrollo del infante para que tenga éxito en sus relaciones sociales. Seguidamente, se habla de la educación emocional en las familias donde se analizan las dimensiones emocionales educativas a través de la educación familiar. Finalmente, se desarrolla un programa de orientación familiar para padres con el fin de instruirles sobre los diferentes estilos educativos parentales, el término de educación emocional y las aportaciones que puede ofrecer en el desarrollo integral de sus hijos. Este programa se realizó y se ofreció en el colegio público de Cervantes de Nules a los padres de todo segundo Ciclo de Educación Infantil y Primer Ciclo de Educación Primaria, para promover el pleno desarrollo emocional de los padres, y en consecuencia, el de los niños, y suscitar cambios en la forma de educar y en las prácticas disciplinarias de los padres.

ESTILO EDUCATIVO PARENTAL

1.1. Evolución histórica del concepto estilos educativos parentales

El conjunto de conductas que los padres ejecutan para relacionarse con sus hijos, teniendo en cuenta una serie de valores apropiados que desean para sus hijos, tanto para su desarrollo como para su integración social, reciben el nombre de estrategias de socialización, es decir; aquello que los padres desean que ocurra respecto a sus hijos y los medios para alcanzar esos estados (Goodnow, 1985). Por tanto, podemos afirmar, que “la familia es el primero y más importante agente socializador en la primera infancia, puesto que durante este periodo los niños aprenden las destrezas sociales, actitudes y habilidades necesarias para adaptarse al contexto social donde viven” (Pichardo, Justicia y Fernández, 2009: 37) a partir del modelo de sus padres. Como dicen Torío et al. (2008: 154):

Estas metas y estrategias de socialización que los padres emplean con sus hijos tienen que ver con la relación, con el mayor o menos nivel de comunicación (aceptación-rechazo, calor-frialdad, afecto-hostilidad) y con conductas para encauzar el comportamiento del niño o la niña (autonomía-control, flexibilidad-rigidez, permisividad-restricción).

Son diversas las variables que se combinan para dar como resultado los estilos educativos. Desde esta perspectiva, podemos definir los estilos educativos parentales como: “esquemas prácticos que reducen las múltiples y minuciosas prácticas educativas paternas a unas pocas dimensiones, que, cruzadas entre si en diferentes combinaciones dan lugar a diversos tipos habituales de educación familiar” (Coloma, 1993: 48). Estas dimensiones incluyen todas las diversas variables comentadas anteriormente.

Al principio los investigadores que trabajan desde una perspectiva psicodinámica centraron sus esfuerzos en la relación emocional entre niños y padres y su influencia en el desarrollo psicosexual, psicosocial y de la personalidad. Estas teorías argumentaban que las diferencias individuales en las relaciones emocionales entre padres e hijos deberían derivar necesariamente de las diferencias en los atributos parentales, de manera que muchas investigaciones se centraron en las actitudes como caracteres más importantes (Darling y Steinberg, 1993). La creencia que las actitudes daban significado a las prácticas parentales dieron a muchos investigadores a trabajar a partir de este enfoque, midiendo las actitudes parentales para captar el modo de interacción familiar que influía en el desarrollo de los niños. Sin embargo se planteó un problema, ya que dando mayor énfasis a las actitudes que a los comportamientos, no se tuvo en cuenta que “el comportamiento está determinado y compuesto por las actitudes, pero las actitudes son expresadas por medio de comportamientos” (Raya Trenas, 2008: 19). Intentaron preservar sus investigaciones centrándose en los procesos emocionales que hay detrás de los estilos parentales, agrupando las diferentes actitudes, y por consecuencia comportamientos, en categorías más amplias.

Los investigadores que abordaron los estilos educativos parentales desde la perspectiva del aprendizaje social y la modificación de conducta, también estudiaron los comportamientos, pero centrándose en las prácticas educativas más que en las actitudes. Debido a que se pensaba que las diferencias en el desarrollo de los niños se hallaban en las diferencias del contexto al que habían sido expuestos. El estilo parental fue usado como una teoría que resumía los resultados de muchos análisis realizados sobre prácticas educativas parentales específicas, más que para referirse a él como una unidad en sí mismo (Darling y Steinberg, 1993).

Las primeras teorías sobre paternidad identificaban dos variables consideradas como fundamentales, el énfasis de control y la crianza. Así surgen las dimensiones comentadas anteriormente:

- Aceptación/rechazo
- Calor emocional/frialdad
- Afecto/hostilidad
- Autonomía/control y flexibilidad/rigidez
- Permisividad/restricción

La diferencia entre el estudio de las metas de socialización y el estudio de técnicas de socialización permaneció, hasta que Baumrind (1966) desarrolló un modelo teórico que incorporaba los procesos emocionales y conductuales que subyacían a los más antiguos modelos de socialización.

1.2. Educación familiar

Debemos tener en cuenta, antes de entrar en materia teórica sobre los diferentes tipos de estilos educativos parentales, la importancia del contexto familiar ya que como dice Bronfenbrenner (1986) el infante está incluido en un sistema amplio que lo socializa y que le brinda las posibilidades de desarrollo, “exosistema”, en el que se incluyen la familia, los recursos sociales y la educación.

Por tanto, teniendo en cuenta la relevancia de la familia en la educación de los infantes es necesario mencionar a Pérez, Delgado y Mestre (1999) cuando afirman que el tipo de normas que una familia establece los recursos y procedimientos que utilizan para hacer cumplir dichas normas, junto con el grado de afectividad, comunicación y apoyo entre padres e hijos constituyen dimensiones fundamentales para el crecimiento personal de los más jóvenes, para su interiorización de valores y las decisiones que toman ante conflictos sociales. Tomando como referencia esta afirmación, podemos garantizar los factores ecológicos, condiciones físicas que prevalecen en un hogar y el orden que caracteriza las actividades que son realizadas en el contexto familiar influyen en el desarrollo del niño. En diferentes estudios se constató que la estimulación puede ayudar al desarrollo cognitivo del niño, de este modo se confirma, que la estructura social-familiar también es muy importante.

Como concluyen Pichardo et al. (2009: 38) “la mayoría de los niños van madurando y normalmente se convierten en adultos bien adaptados como consecuencia del crecimiento, la educación y la atención que reciben”, por tanto cualquier tipo de estructura familiar puede llevar a cabo exitosamente su función educativa si es coherente en la aplicación de las normas, apoya a sus miembros y está implicado en la labor de la crianza de los hijos (Del Barrio, 1998).

1.3. Estilos educativos parentales y consecuencias educativas sobre la socialización de sus hijos

Los estilos educativos pueden definirse como “la forma de actuar, derivada de unos criterios, y que identifica las respuestas que los adultos dan a los menores ante cualquier situación cotidiana, toma de decisiones o actuaciones” (Comellas, 2003: 12). Se habla de estilo por su permanencia y estabilidad a lo largo del tiempo, aunque pueden existir modificaciones a lo largo del desarrollo del niño por diversos factores como la edad, la madurez, el sexo, el lugar que ocupa en los hermanos, etc.; por tanto nos referimos a ellos como tendencias globales de comportamiento.

Dentro de este ámbito de investigación, uno de los estudios más elaborados es el de Diana Baumrind (1991), en el que se tiene en cuenta una dimensión, el control, para determinar el estilo educativo, subdiviniéndola en tres tipos de control: permisivo, autoritario y autoritativo, a partir de su estudio definió el estilo parental como un constructo global, de manera que algún aspecto de la tipología educativa parental (ideología, demandas de madurez, técnicas de disciplina, etc.) es dependiente de la combinación de todos los otros aspectos.

Su investigación tiene como objetivo conocer el impacto de las pautas de conducta familiares y su repercusión en la personalidad del niño. Baumrind resalta tres estilos educativos parentales, mediante los cuales los progenitores controlan la conducta de sus hijos: a) estilo autoritario, b) estilo permisivo y c) estilo autoritativo o democrático. La descripción de estas categorías ha sido ampliamente difundida, pero en este trabajo destacaremos las características más significativas, teniendo en cuenta como hemos comentado anteriormente, que la tipología representa tendencias y que las situaciones familiares son más complejas que realizar una clasificación de tipología familiar cerrada.

Los padres autoritarios dedican sus esfuerzos a influir, controlar, evaluar el comportamiento y las actitudes de sus hijos con unos rígidos patrones preestablecidos. Para ello, ponen en práctica un alto nivel de control y de exigencias de madurez, presentando bajos niveles de comunicación y afecto implícito. Estos padres se caracterizan por dar gran importancia a la obediencia como virtud, así como la dedicación de las tareas marcadas, la tradición y preservación del orden (MacCoby y Martin, 1983; Moreno y Cubedo, 1990; Baumrind, 1996).

Los padres permisivos son caracterizados por un nivel bajo de control y de exigencias de madurez, pero con un nivel alto de comunicación y afecto. Lo que proporciona al niño una gran

autonomía siempre que no se ponga en situaciones que puedan dañarle físicamente. Manifiestan una actitud positiva y benigna hacia el comportamiento del niño, ya que aceptan sus conductas y usan poco el castigo. Su objetivo fundamental es liberarlo del control y evitar el recurso a la autoridad, uso de las restricciones y castigos. No son exigentes en cuanto a las expectativas de madurez y responsabilidad en la ejecución de las tareas (Domínguez y Carton, 1997).

Y finalmente, los padres autoritativos o democráticos parten de la aceptación de unos derechos y deberes propios así, como de los derechos y deberes de los niños, lo que la autora considera como una “reciprocidad jerárquica”, es decir, cada miembro tiene derechos y responsabilidades con respecto al otro miembro. Se caracteriza por la comunicación bidireccional y desarrollo de la autonomía imponiendo roles y conductas maduras pero utilizando el razonamiento y la negociación. En consecuencia, son afectuosos, refuerzan el comportamiento, evitan el castigo y son sensibles a las peticiones de atención del niño, explican razones no rindiéndose a caprichos y plantean exigencias e independencia (Baumrind, 1991a y 1991b, 1996; Darling y Steinberg, 1993).

En la reformulación que MacCoby y Martín (1983) realizaron de las investigaciones de Baumrind, se reinterpretan los diversos tipos estilos educativos parentales propuestos por la autora, redefiniéndose los estilos parentales en función de dos aspectos fundamentales: a) el control y exigencias: número de demandas hechas por los padres sobre sus hijos para que alcancen determinados objetivos y metas; b) afecto y comunicación: grado de sensibilidad y capacidad de respuesta de los padres ante las necesidades emocionales de sus hijos.

Según estos autores, de la combinación de las dos dimensiones y de su grado, se obtienen cuatro estilos educativos parentales: estilo autoritativo o democrático, estilo autoritario, estilo permisivo y estilo negligente. El estilo permisivo que Baumrind había descrito se ha dividido en dos estilos nuevos, al observar que la permisividad presenta formas muy diferentes. El estilo negligente se caracteriza por padres que presentan niveles muy bajos en cuatro dimensiones: afecto, comunicación control y exigencias de madurez (Tabla 1).

		AFECTO Y COMUNICACIÓN		
		ALTO	BAJO	
		Afecto y apoyo explícito, aceptación e interés por las cosas del niño y sensibilidad ante sus necesidades.	Afecto controlado y no explícito, distanciamiento, frialdad en las relaciones, hostilidad o rechazo.	
CONTROL Y EXIGENCIAS	ALTO	Existencia de normas y disciplina, control y restricciones de conducta y exigencias elevadas.	AUTORITATIVO	AUTORITARIO
	BAJO	Ausencia de control y disciplina, ausencia de retos y escasas exigencias	PERMISIVO	NEGLIGENTE

Tabla 1. Tipología de estilos educativos de MacCoby y Martin (1983). Adaptado de Palacios (1999).

Los diferentes estilos educativos parentales tienen una gran repercusión y consecuencias evolutivas que no se corresponden solo en la etapa infantil, sino que se prolongan a lo largo de la vida. Esto se debe a la importancia de la familia para facilitar el desarrollo de conductas prosociales y autorregulación emocional y la prevención de problemas de salud mental (Cuervo, 2009: 111). Hay una clara evidencia de que los niños que perciben prácticas educativas basadas en la comunicación y la expresión de afecto, muestran estilos de vida saludables y un ambiente familiar seguro y adecuado, reduciendo sus comportamientos agresivos. Mientras que cuando perciben falta de afecto y comunicación así como desaprobación de su comportamiento manifiestan actitudes desadaptativas y baja autoestima así como sentimientos de soledad, exclusión y depresión. Por tanto la calidad de las relaciones que se establecen entre padres e hijos es un importante predictor del ajuste emocional del niño en su infancia y a lo largo de su vida.

Resulta difícil determinar las contribuciones educativas que hace la familia al desarrollo de sus hijos, ya que el aprendizaje se realiza por imitación y identificación con los progenitores, por tanto, podemos afirmar que la educación familiar es más inconsciente que intencional. Sin embargo, es importante que sean conscientes del papel que están desempeñando en la educación de sus hijos, no sólo en su acción educativa, sino en cuando a sus prácticas educativas que rigen el proceso de ser padres. Para Hurlock (1982) las contribuciones más comunes son dos: en primer lugar, las que corresponden al desarrollo de la personalidad infantil; y en segundo lugar, aquellas que tienen como objetivo la adaptación social del infante a lo largo de su vida. En el siguiente capítulo nos centraremos en la educación emocional que abarca las dos contribuciones.

LA EDUCACIÓN EMOCIONAL EN EL CONTEXTO FAMILIAR

2.1. La educación emocional

Como dice Bisquerra (2004: 243) la educación emocional debe ser entendida como:

Un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como elemento indispensable del desarrollo cognitivo, construyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la persona integral [...]. Se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana.

Al explicar el término educación emocional, cabe analizar acerca del motivo en el se sostiene la importancia de educar en emociones, que es la Inteligencia Emocional. Salovey y Mayer (1997: 4) la definieron como:

La inteligencia emocional incluye la habilidad de percibir con precisión, valorar y expresar emoción; la habilidad de acceder y/o generar sentimientos cuando facilitan pensamientos; la habilidad de comprender la emoción y el conocimiento emocional; y la habilidad para regular las emociones para promover crecimiento emocional e intelectual.

Una de las aportaciones más influyentes al hablar de las múltiples inteligencias ha sido Howard Gardner (1983), en su investigación defiende que no hay solo una inteligencia, sino que hay ocho, entre las cuales aparecen la inteligencia interpersonal, entendida como la capacidad que nos permite comprender los estados anímicos de otras personas, y la inteligencia intrapersonal, entendida como la capacidad que nos permite realizar una imagen de nosotros mismos. La educación emocional se situaría en ambas inteligencias, ya que abarca contenidos de las dos inteligencias.

Por tanto, la educación emocional pretende promover el desarrollo personal y social de forma íntegra, es una formación permanente y continua, y a la vez, preventiva ya que trabaja el aprendizaje de las emociones, de las más simples a las más complejas, para que los infantes puedan adquirir estrategias que les ayuden a enfrentarse a diferentes situaciones a través del control de sus emociones. Podríamos concretar que los fines generales que abarca la educación emocional son, tal como dice Bisquerra (2004: 97):

Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones; identificar las emociones de los demás; desarrollar la habilidad para regular las propias emociones; prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas; desarrollar la habilidad para generar emociones positivas; desarrollar la habilidad de automotivarse; adoptar una actitud positiva ante la vida.

2.2. La contribución de las familias en la educación emocional

Como hemos visto anteriormente, la familia contribuye en la educación integral de sus

hijos, lo que supone educar en diferentes dimensiones: intelectual y física; afectiva y estética; moral, sexual, social y cívica; y religiosa. Así que los estilos parentales asumidos influirán el desarrollo emocional de los niños, siendo en la etapa adolescente donde se evidencie su influencia (Bisquerra, Pérez, García, 2015).

A modo general se puede decir que puesto que las pautas familiares de educación influyen en la educación integral de los niños más concretamente en su autoestima y competencia emocional, son un aspecto esencial a tener en cuenta. Esta importancia se debe a que todos los estilos educativos parentales hacen referencia a dos dimensiones esenciales, comentadas anteriormente, afecto y comunicación; y control y exigencias.

Actualmente, consideramos que en esta sociedad y en la escuela no se da la relevancia que debería darse a la educación emocional, ya que se trabajan desde un segundo plano porque se consideran mucho más importantes los contenidos académicos. Pero es importante trabajarlas desde edades tempranas, puesto que la competencia académica no es suficiente para alcanzar el éxito en la vida. La finalidad de la educación es el pleno desarrollo de la personalidad del individuo y para ello debe desarrollarse tanto cognitivamente como emocionalmente; las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas tiene más probabilidades de sentirse satisfechas y eficaces en todos los ámbitos de su vida (Martín, Blanco y Rubio, 2011). Por ello, es importante que las familias como principal agente de educación tomen consciencia de la importancia de la educación emocional para ayudar a sus hijos a manejar sus sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y saber dirigirlos; de esta forma ayudar en consecuencia en su desarrollo personal y social.

En consecuencia, es relevante que los padres sepan proporcionar un estilo educativo idóneo para sus hijos no solo orientado a cubrir sus necesidades básicas sino otras secundarias como el desarrollo afectivo, cognitivo y social. Para ello, debemos dar a las emociones “el valor añadido” que tienen en la formación integral de los niños, y para conseguirlo debemos fomentar una educación emocional que nos permita desarrollar la personalidad integral del individuo y la adquisición de competencias emocionales para poder aplicar a diversos contextos y situaciones.

LA NECESIDAD DE PROGRAMAS DE ORIENTACIÓN EMOCIONAL FAMILIAR

No hay duda que los padres y las madres quieren lo mejor para sus hijos, tanto para su desarrollo como su bienestar personal. Sin embargo, la complejidad de factores que operan en la sociedad (diversidad social y personal, multiculturalidad, medios de comunicación y de información así como tecnológicos cada vez más sofisticados y formas de convivencia y interacción, entre otros), unidos a los cambios estructurales de los contextos familiares, así como la dedicación de un gran espacio de tiempo de los progenitores a funciones laborales; hacen que los padres y madres perciban la tarea de educar a menores y jóvenes, en la actualidad, como un proceso más complejo de lo que suponía antiguamente (Martínez González, Becedóniz, 2009).

La experiencia nos enseña que pocos padres y madres están desorientados en cómo educar a sus hijos, puesto que han aprendido de sus progenitores a no repetir las prácticas que observaron en su infancia como negativas o mal instruidas; pero no obstante se sienten solos en la tarea del cuidado y crianza. Muestran un deseo de compartir experiencias y problemas con otros padres para crearles confianza y seguridad sobre el papel que están desempeñado es el correcto, o simplemente para debatir entre ellos cuales son las actuaciones que les funcionan y cuales no en situaciones problemáticas. Así, los programas de orientación familiar surgen como estrategia que permite, en este caso un papel fundamental, el de dotar a los padres de las estrategias, recursos y aprendizajes necesarios que les lleven a adquirir unos conocimientos y destrezas parentales para mejorar sus relaciones familiares. Es decir, la orientación familiar tiene como objetivo ayudar a facilitar la dinámica familiar, la resolución de conflictos y la toma de decisiones, además de potenciar los recursos y estrategias para ello. En definitiva, “cualquier esfuerzo para mejorar la calidad de las relaciones establecidas entre los miembros de la familia contribuirá al desarrollo de un adecuado clima familiar, y este a su vez favorecerá la adaptación de los hijos a dicho contexto” (Triana y Simón, 1994, 274)

Los programas de educación emocional en las familias, van dirigidos a todo tipos de familias, ya sean normalizadas o bien tengan unas circunstancias especiales o de riesgo, con un enfoque puramente formativo y preventivo basado principalmente en dos estrategias que explicaron Martínez y Becedóniz (2009: 106):

Fomentar los puntos fuertes de las familias y de las personas, evitando centrarse en sus limitaciones y carencias; y promover redes sociales de apoyo y comunitario, dado que parte de una perspectiva de intervención comunitaria con base en la prevención primaria.

Se trata de, que a través de estos programas, se fomente el desarrollo personal de la familia, mejorando indirectamente la convivencia familiar. Además de dar consciencia a las familias, sobre su función socializadora con respecto a sus hijos y contribuir a que “los padres y las madres se sientan más competentes para cumplir con la expectativa (...) de educar a sus hijos como ciudadanos responsables, respetuosos con las normas y demandas sociales, y cooperativos en el esfuerzo común de promover el desarrollo social” (Martínez, Becedóniz, 2009: 107).

Según Martínez González (2009), el objetivo general que se debe plantear en un programa de educación emocional en la familia es el de: “facilitar que los padres y madres (...) adquieran estrategias personales, emocionales y educativas que les permitan implicarse de un modo eficaz en la construcción de una dinámica de convivencia familiar y en el desarrollo de modelo parentales adecuados” (Martínez González, 2009: 10). Este ha sido nuestro principal objetivo en el desarrollo del programa de orientación familiar sobre la educación emocional que hemos puesto en práctica en el colegio Cervantes de Nules, para poder ayudar y guiar a las familias a la hora de enseñar a sus hijos emociones y saber controlarlas.

METODOLOGIA

Teniendo en cuenta las ventajas de los programas de orientación familiar, se propone una herramienta para llevar a la práctica la teoría revisada en este trabajo, la cual consta de una escuela para padres sobre los diferentes estilos educativos y su influencia en la educación emocional de sus hijos con el fin de ayudar y guiar a las familias en el control y conocimiento de la educación emocional de sus hijos.

Para realizar la escuela para padres, empleamos dos programas que se han puesto en vigor: en primer lugar la “Escuela de padres en educación emocional: una propuesta para el bienestar de las familias” tomado como ejemplo por su mejora en el desarrollo de las habilidades que ayudan a controlar las emociones, y al mismo tiempo, permite la prevención y gestión de situaciones conflictivas que provocan estrés, frustración y fracaso; y en segundo lugar “Programa-Guía para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales” (Martínez González, 2009) con el que se pretende consolidar las capacidades básicas de la competencia emocional (conciencia emocional, autocontrol, motivación, empatía y habilidad social) para el desarrollo de habilidades emocionales en los padres. De este modo, se han cogido estrategias y herramientas que han funcionado correctamente en ambos programas intentando unirlas para crear un programa que suplemente las carencias de estos. Así pues, este nuevo programa se bautizó como “Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales”, el cual se basa principalmente en el estudio teórico recogido en este trabajo sobre los estilos educativos y su relevancia en la educación emocional de los niños, y a su vez, en dos programas basados en potenciar la educación emocional de los padres para facilitar la comprensión de sus hijos y mejorar de este modo el ambiente familiar.

El objetivo principal de este programa para padres es proporcionar a las familias de información sobre los estilos parentales y su influencia en la educación emocional, así como estrategias y recursos para dotar a las familias de conocimientos y destrezas parentales que ayuden a mejorar la dinámica familiar y el desarrollo de modelos parentales adecuados.

La metodología de este programa se caracteriza por la cooperación entre iguales, la experiencia, la participación y las dinámicas de grupo para descubrir las consecuencias de los actos parentales y de esta forma conocer nuevas habilidades y estrategias para actuar de forma adecuada, a la vez que aportan conocimientos compartiéndolos con el resto de participantes. A través de esta metodología de acción, “los padres y madres participan con sus opiniones, experiencias y puntos de vista acerca del tema tratado en cada sesión” (Martínez González, 2009: 29), aprendiendo unos de otros, deshaciéndose de su sentimiento de culpa y fortaleciendo su rol de padres y madres.

La escuela de padres fue dirigida a padres y madres de niños todo el ciclo de educación infantil y el primer ciclo de educación primaria del colegio Cervantes de Nules. Los padres asistentes tuvieron un papel fundamental puesto que el programa se modificó o se añadieron

temas que se consideraron relevantes dependiendo del interés que estos tuvieron en ellos. Este programa se llevó a cabo el mes de abril y de mayo de 2016, se realizó una sesión por semana. Cada sesión tuvo el mismo procedimiento: preparación de la sala de trabajo, bienvenida a los participantes, repaso de lo tratado en las sesiones anteriores e identificación de dificultades percibidas en el desempeño del rol parental, introducción de nuevos contenidos, desarrollo de habilidades parentales, resumir lo trabajado en la sesión incitando a la reflexión y puesta en práctica de lo aprendido y cierre de sesión. Por tanto cada sesión constó de 1h aproximadamente. El material técnico que se utilizó para todas las sesiones fue una pizarra para poder enseñar a las familias unos ítems referidos a las sesiones anteriormente preparada por la coordinadora, así como material complementario que la coordinadora considero apropiado para cada sesión.

Este programa consistió de seis sesiones las cuales se dividieron en los siguientes bloques de contenidos por sesión:

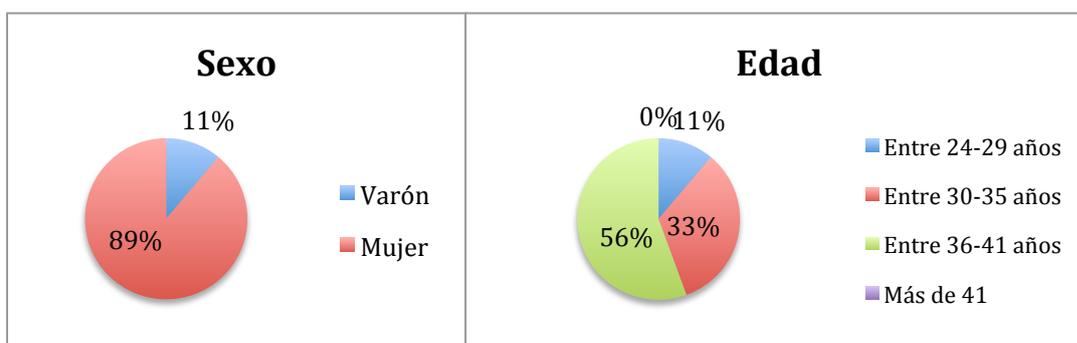
- Primera sesión: constató por ser una sesión de presentación del programa introduciendo los conocimientos, destrezas y habilidades que se van a desarrollar en las siguientes sesiones y comentar las expectativas formativas que se pretende alcanzar. (Ver Anexo 2)
- Segunda sesión: consistió en transmitir la importancia de las emociones y adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones reflejando la necesidad y atención que necesitan los niños a la hora de mostrar sus emociones, y profundizó en mejorar la autoestima y asertividad de los padres y de los hijos. (Ver Anexo 5)
- Tercera sesión: teniendo en cuenta la sesión anterior cuando les enseñamos a anticipar sus emociones a situaciones problemáticas, enfatizamos en cómo ayudar a sus hijos a controlar y regular sus propias emociones en situaciones problemáticas. (Ver Anexo 8)
- Cuarta sesión: nos basamos en la sesión anterior para enfatizar en la importancia del apoyo parental para la resolución de problemas y destacamos y explicamos el proceso de negociación y establecimiento de acuerdos. (Ver Anexo 14)
- Quinta sesión: utilizamos la comunicación asertiva como antídoto para desarrollar la escucha activa empática y la expresión de sentimientos y fomentaremos la empatía (Ver Anexo 22)
- Sexta sesión: se enseñó a los padres a crear un ambiente adecuado, tranquilo y seguro para que los niños pudieran mostrar sus emociones, finalmente se realizó una evaluación del programa a través de la opinión de los participantes. (Ver Anexo 26)

RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados del programa “Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales” realizados entre los diversos cuestionarios durante la primera y segunda sesión y las anotaciones recogidas por la coordinadora en cada sesión de cada padre y madre en particular.

En primer lugar este programa fue expuesto para todos los cursos de Educación Infantil y para el primer ciclo de Educación Primaria en la escuela Cervantes de Nules, y a pesar que sumaban una totalidad de 156 padres y madres, solo acudieron al programa 15 padres y madres, y en algunas sesiones no llegábamos a su integridad. Por tanto para los resultados hemos tenido en cuenta a los 9 asistentes que acudieron frecuentemente al programa. Como podemos observar en el Gráfico 1 la mayoría pertenece al sexo femenino y gran parte de los participantes oscilan entre 36 y 41 años de edad. Asimismo todos ellos pertenecen a una tipología de familia nuclear.

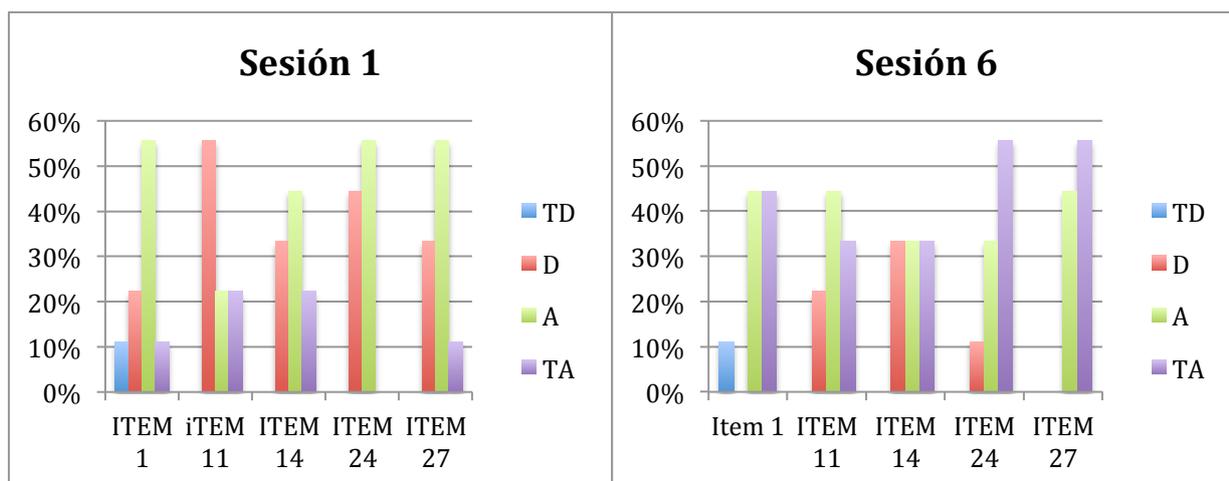
Gráfico 1. Distribución porcentual de los participantes



Los ítems de los cuestionarios se dividen en tres grandes bloques: información previa sobre los conceptos y temas a trabajar, las emociones que presentan y el estilo educativo parental. Cada bloque tiene diferentes ítems. En los siguientes gráficos se muestran el porcentaje de respuestas a los ítems según las variables totalmente desacuerdo (TD), desacuerdo (D), de acuerdo (A) y totalmente de acuerdo (TA) que realizaron los padres primeramente en la sesión 1 y para finalizar el programa en la sesión 6. Lo que se pretende es comprobar que la nutrición de información y conceptos trabajados en las sesiones ha variado y al mismo tiempo si han aprendido a regular y controlar sus propias emociones y por último, si el estilo educativo parental en general ha sufrido alguna variación.

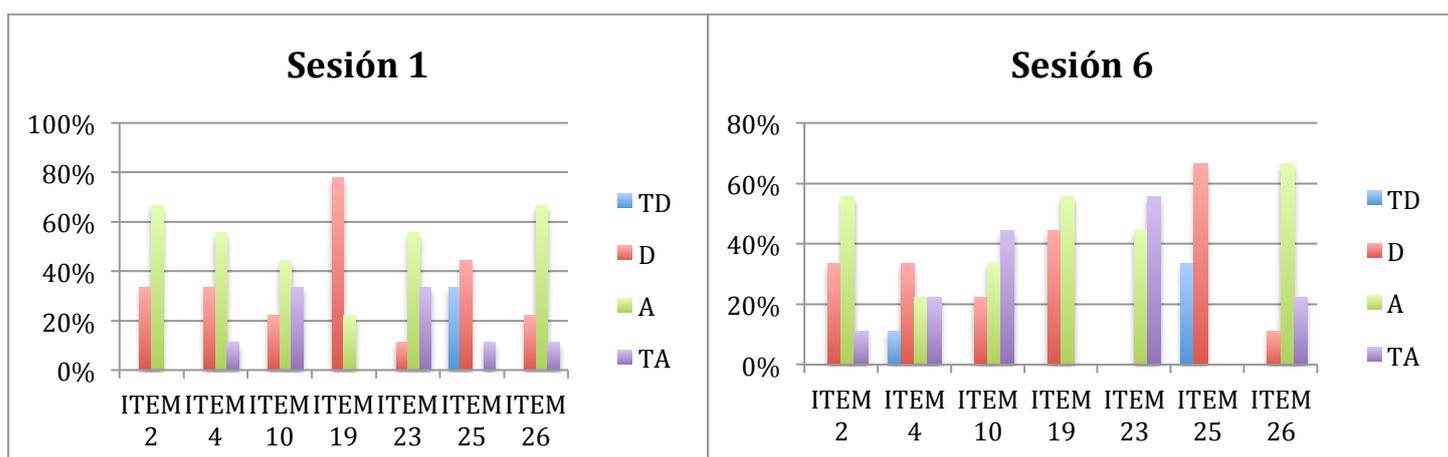
En el siguiente gráfico observamos la información previa que tenían los padres antes de empezar con el programa era muy pésima ya que muchas de las cuestiones eran respondidas con desacuerdo. Tras la realización de las charlas se observa que los padres han mejorado y aumentado la información ya que en cuestiones que se mostraban desacuerdo han cambiado su respuesta a totalmente de acuerdo (Gráfico 2). Este resultado confirma que el programa cumple estos ítems para dar información y orientación a las familias sobre el control de las emociones, como comunicarse mejor y cómo llegar a acuerdos para solucionar las situaciones problemáticas.

Gráfico 2. Información previa vs Información posterior



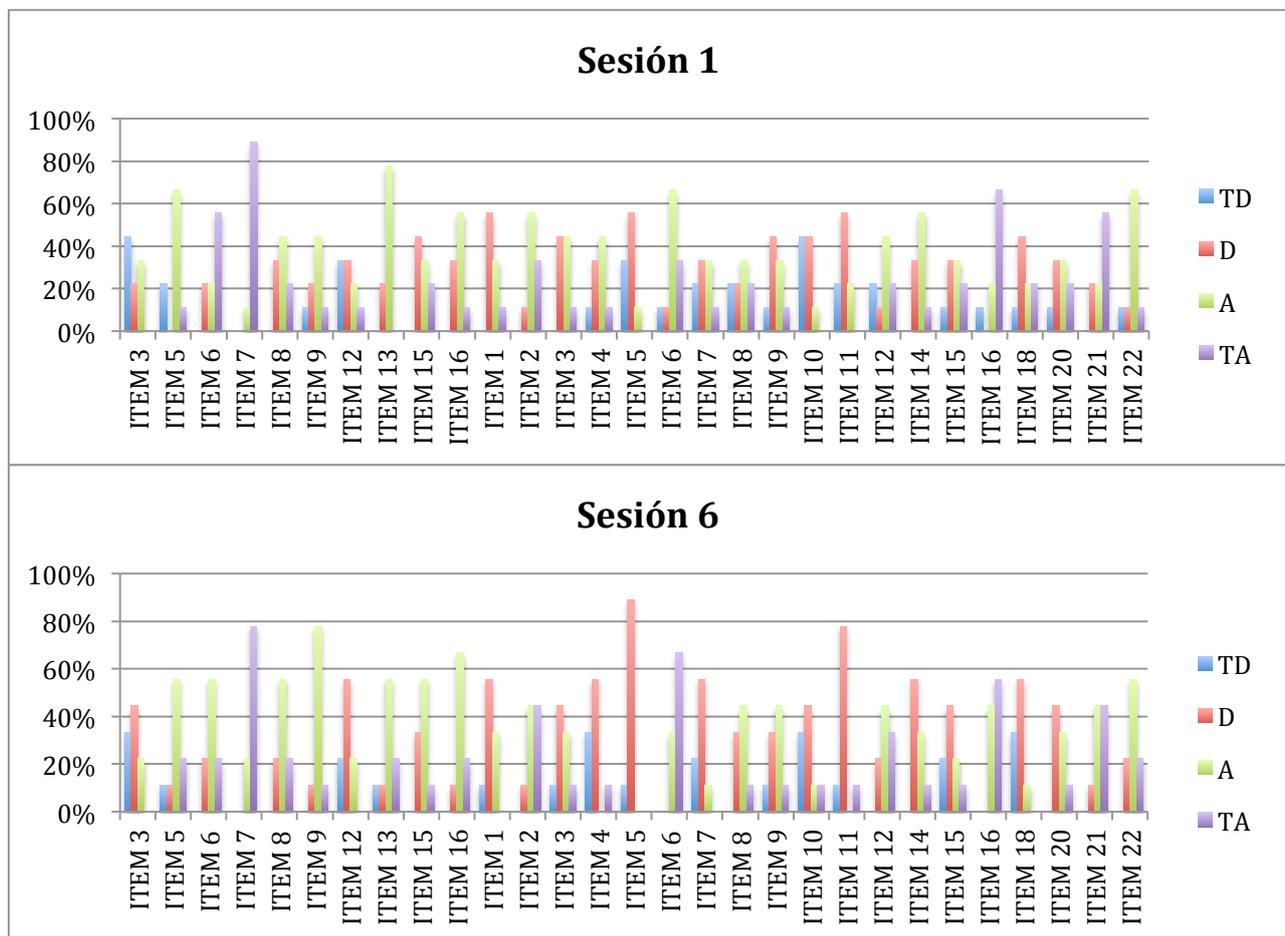
Por lo que respecta al bloque de emociones podemos observar que al inicio del programa los padres y madres en general mostraban en general poco control y expresión de sus emociones delante de sus hijos. A pesar de que se mostraban optimistas para ver el punto positivo de situaciones negativas como podemos observar en el ítem 13 y tenían una buena base sobre que es conveniente expresar los sentimientos y emociones delante sus hijos puesto que todos se muestran a favor como podemos observar en el como expresar ítem 10 y ítem 23. No obstante, a través de la realización del programa se puede verificar que han mejorado en el control y expresión de sus emociones positivas y negativas ítem 2, ítem 4 y ítem 19. Y al trabajar con otros padres han observado que sus prácticas educativas también son utilizadas por otro, este hecho les ha ayudado a mejorar su autoestima y su opinión sobre si mismo como se puede observar en el ítem 25 y ítem 26 (Gráfico 3). Para mejorar este punto fue de gran eficacia la dinámica de pequeños grupos y conclusión en gran grupo ya que los padres han experimentado que los problemas que les plantean sus hijos no son diferentes a la de otros padres, puesto que en el cuestionario inicial todos se mostraban de acuerdo con esta afirmación y a través de la conversación con otros padres han cambiado su opinión.

Gráfico 3. Emociones previas vs Emociones comprendidas



En cuanto a las conductas parentales (Gráfico 4) podemos observar que en su gran mayoría los padres y madres contestaron similar a las cuestiones, por tanto, todos estarían dentro del mismo estilo parental educativo que en este caso se trata de un estilo democrático pero con características permisivas en algunas ocasiones. En cuanto a su estilo educativo parental personal de cada uno es cierto que muchos de los ítems no han variado en gran medida, pero si que es verdad que cada uno de ellos ha tomado más consciencia sobre las emociones de sus hijos y su forma de actuar más relajada y tranquila, como podemos observar en el ítem 5, ítem 6, ítem 7 y ítem 11. En el ítem 9, ítem 14 y ítem 18, hay un cambio positivo, puesto que la mayoría de ellos se mostraban firmes en su autoridad delante de sus hijos a través de la información de las sesiones y en los cuestionarios observamos un cambio hacia la conversación y explicación de la situación para mejorar el ambiente familiar.

Gráfico 4. Estilo educativo parental previo vs Estilo educativo parental posterior



Finalmente, destacar que el procedimiento y recursos así como las prácticas fueron muy trabajados durante el programa para que los padres tuvieran herramientas para controlar sus emociones y para explicar a sus hijos también sus emociones y conjuntamente trabajar su educación emocional. Así como las consecuencias negativas y positivas de los diferentes estilos educativos parentales. Además se intento durante todas las sesiones explicar los conceptos de forma clara, breve y concisa para mejorar su comprensión.

CONCLUSIONES

Dada la importancia de las interacciones sociales como base en el desarrollo socioemocional y cognitivo, es necesario establecer los antecedentes que llevan a tal comportamiento. Estos precursores son los factores individuales y contextuales y los estilos educativos parentales, pero en este estudio nos hemos centrado en el último para establecer su influencia en la educación emocional de los niños.

La familia debe promover el desarrollo integró de la persona a través de la adquisición y desarrollo de conocimientos y habilidades emocionales, en un espacio normativo que facilite el establecimiento de límites y asunción de responsabilidades, con el fin de ayudar a sus genitores a madurar y a crear su propia identidad de la persona a través de los vínculos afectivos que se ocasionan en la familia. Por ello, es necesario que la familia atienda las dimensiones: intelectual, estética, afectiva, sexual, moral, física, social, cívica y religiosa. Así que el proceso de crianza y educación que los hijos reciban de sus padres influirá en su desarrollo emocional. Esto se debe a que los estilos educativos parentales se basan en dos dimensiones esenciales, afecto y comunicación; y control y exigencias. Y las combinaciones de estas dimensiones y su grado afectaran positivamente o negativamente en la educación emocional de sus hijos.

El afecto como dimensión que incluye la evaluación positiva del niño, interés y apoyo emocional, junto con la coherencia en la aplicación de normas resulta ser el estilo educativo más positivo con el razonamiento analizado, con la empatía y con la conducta prosocial. Por el contrario, las relaciones cargadas de hostilidad, críticas y rigidez, junto con una actitud de rechazo o ignorancia inhiben la disposición prosocial. Estos hechos se observan en los adolescentes cuanto muestran habilidades para comprender los sentimientos de otra persona y se muestran sensibles ante la necesidad de otra persona, o por el contrario no practican la afectividad y conviven en un ambiente de rechazo e insensibilidad.

Por ello, es importante que las familias como principal agente de educación tomen consciencia y responsabilidad propia para ayudar a sus hijos a manejar sus emociones, segregar entre ellas y distinguirlas, y en consecuencia ayudar en su desarrollo personal y social. Para ello es relevante que conozcan los diferentes estilos educativos parentales y que pueden ofrecerles con cada uno de ellos; y sobretodo dar a las emociones la importancia que se merecen en la formación integral del niño.

Por este motivo, habiendo realizado el análisis de relación entre estos dos conceptos es relevante la formación familiar para dotar a los padres de estrategias, recursos y aprendizajes que les lleven a adquirir unos conocimientos y habilidades parentales para mejorar las relaciones familiares y hacer frente a los retos familiares. Se puede decir que el programa “Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales” fomenta adecuadamente el desarrollo de competencias parentales por medio de sus contenidos centrándose en los estilos parentales y en la educación emocional, dándoles un espacio donde

puedan recibir información sobre una buena educación emocional y la adquisición de diversas técnicas que puedan utilizar con sus hijos para poder conocer y controlar sus propias emociones, así como un espacio para compartir y/o comentar situaciones similares y recibir ayuda, consejos y actuaciones no sólo por parte del coordinador sino también de los padres participantes.

En cuanto a los aspectos positivos del programa debemos de resaltar los recursos utilizados, tanto los libros presentados y actividades familiares propuestas proporcionando una biografía y recursos con la cual podían trabajar en casa, y en especial los métodos trabajados a través de ejemplos preestablecidos y ejemplos expuestos por los propios padres a través de pequeños grupos. Un punto fuerte del programa ha sido la interacción de pequeños grupos donde los padres más vergonzosos han admitido que se han podido explicar con mayor facilidad, además una vez expuesto el tema se han observado similitudes con lo que los padres se han sentido comprendidos y escuchados por sus compañeros.

Finalmente, respecto a las líneas de mejora sobretodo se destacó la limitación de tiempo y horario, puesto que el contenido a pesar de ser interesante y enriquecedor resultaba muy amplio y no daba mucho tiempo para debatir y que todos los participantes mostraran su opinión. Además de la infraestructura utilizada, al tratarse de un aula de infantil, el mobiliario resultaba incómodo y molesto para los adultos y en algunas ocasiones limitaba la dinámica del programa.

BIBLIOGRAFIA

- Aguilar Ramos, M.C. (2002). Familia y Escuela ante un mundo en cambio. *Revista de Contextos de Educación*, (V),202-2015.
- Baumrind, D. (1966). The Discipline Controversy Revised. *Family Relations*, 4 (4), 405-414.
- (1991a) Parenting styles and adolescent development, en LERNER, R. M.; PETERSEN, A. C. y BROOKS-GUNN, J. (eds.). *Encyclopedia of adolescence*, vol. 2. New York, Garland Publishing, 746-758.
- (1991b) The influence of parenting style on adolescent competence and sustance use, *Journal of Early Adolescence*, 11 (1), 56-95.
- Bisquerra, R. (2004). Diseño, aplicación y evaluación de programas de educación emocional. En M. J. Iglesias (Ed.), *El reto de la educación emocional en nuestra sociedad*. A Coruña: Universidad da Coruña.
- Bisquerra, R. Pérez González, J. C. y García Navarro, E. (2015). *Inteligencia emocional en educación*. Madrid: Síntesis.
- Bronfrenbrener, U. (1986). The ecology of the family as a context for human development. *Development Psychology* 22, 732-742.
- Coloma Medicina, J. (1993). La familia como ámbito de socialización de los hijos, en Quintana Canarias, J. M.^a (coord..). *Pedagogía Familiar*. Madrid, Narcea, 31-43.
- Comellas, M.J. (2003). *Criterios educativos básicos en la infancia como previsión de trastornos*. Recuperado de: <http://www.avpap.org/documentos/comellas.pdf>
- Cuervo, A. (2009). Prácticas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Revista divertistas. Perspectivas en Psicología* 6 (1) 111-121.
- Darling, N. y Steinberg, L. (1993). Parenting Syte as Context. An integrative Model. *Psychological Bulletin*, 113 (3) 487-496
- Del Barrio, V. (1998). Educación y nuevos tipos de familia. *Psychology Educativa*, 1(4), 23-47.
- Domínguez, M. M. y Cartón, J. S. (1997) The relationship between self-actualization and parenting syte, *Journal of Social Behavior and Personality*, 12 (4), 1093-1100.
- García-Siñerix, A. (2014). *Crezco feliz ¡Las emociones de Max!*. Madrid: Editorial Planeta S.A.
- Garner, H. (1983). *Frames of mind: the theory of Multiple Inteligencies*. New York: Basic Books.
- Goodnow, J.J. (1985). Change and variation in ideas about childhood and parenting, en Sigel, I. E. (ed.) *Parental belief systems: The psychological consequences for children*. Hillsdale, Erbaum, 235-270.
- Ibarrola, B. (2006). *Crisol y su estrella (cuentos para sentir emociones) Confianza en uno mismo*. Madrid: Ediciones SM
- Justicia, F., Benítez, J.L., Pichardo, M.C., Fernández, E., García, T. y Fernández-Cabezas, M. (2006). Aproximación a un modelo explicativo del comportamiento antisocial. *Electronic Journal of Research in Education Psychology* 4 (2), 94-105.
- Llenas, A. (2012). *El monstre de colors*. Barcelona: Flamboyant S.L.

- Llenas, A. (2016). *El laberinto del alma*. Madrid: Editorial Planeta S.A.
- MacCoby, E. E. y Martin, J.A. (1983) Socializations in the context of the family: parent-child interactionn, en Hetherington, E.M. y Mussen, P.H. (eds) Handbook of child psychology; vol.4. Socialization, personality and social development. New York, 1-101.
- Martín, R., Blanco, H. y Rubio, M.L. (2011). Proyecto de educación emocional. Recuperado de: <http://www.caib.es/sacmicrofront/archivopub.do?crl=MCRST151Z113641&id=113641>
- Martínez González, R. (2009). *Programa-guía para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales*. Ministerio de sanidad y política social secretaria general de política social y consumo dirección general de la política de las familias y de la infancia: Secretaria General Técnica.
- Martínez, R. A. 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, 97-112.
- Moreno, M. ^a C. Y Cubedo, R. (1990) Relaciones sociales; familia, escuela, compañeros. Años preescolares, en Palacions, J.; Marchesi, A. y Coll, C. (comps). *Desarrollo psicológico y educación I. Psicología Evolutiva*. Madrid, Alinaza Editorial, 219-232.
- Nulñez Pereira, C. Valcárcel, R. R. (2014). *Emocionario*. Madrid: Palabras aladas, S.L.
- Palacios, J. (1999). La familia y su papel en el desarrollo afectivo y social. En Etxebarría, I., Fuentes, M.J., López, F. y Ortiz, M.J. (coords.), *Desarrollo afectivo y social*. Madrid: Pirámide, 267-284.
- Pichardo, M.C, Justicia, F. y Fernández, M. (2009). Prácticas de crianza y competencia social en niños de 3 a 5 años. *Pensamiento Psicológico*, 6(13), 37-48.
- Raya Tenas, A. F. (2009). Estudio sobre los estilos educativos parentales y su relación con los trastornos de conducta en la infancia.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (Eds.). (1997) . *Emocional development and emotional intelligence: Educational implications*. Nueva York: Books.
- Torío, S. Peña, J.V. y Rodríguez, M.C, (2008). Estilos educativos parentales. Revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Universidad de Oviedo. Facultad de Ciencias de la Educación. Departamento de Ciencias de la Educación*, 20, 151-178.
- Triana, B. y Simón, M.a. I. (1994). La familia vista por los hijos, en Rodrigo, M.a.J. (ed.). *Contexto y desarrollo social*. Madrid, Síntesis, 271-303.

ANEXOS

Anexo 1: Nota informativa para los padres

Estimados padres y madres,

Con el motivo de la realización del trabajo de final de grado para terminar mis estudios he llevado a cabo un estudio teórico junto con una propuesta práctica sobre los estilos de enseñanza en el contexto familiar y la importancia de una buena educación emocional.

Me comunico con ustedes para proporcionarles información sobre los estilos parentales y su influencia en la educación emocional, así como estrategias y recursos que les facilitaran conocimientos y destrezas parentales para mejorar la dinámica familiar y el desarrollo adecuado de modelos parentales. Para ello he elaborado un programa titulado “Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales”, el cual se basa principalmente en el estudio teórico recogido en mi trabajo de final de grado y en dos programas basados en potenciar la educación emocional de los padres para así facilitar la comprensión de sus hijos.

Este programa constara de seis sesiones que se realizarán todos los **viernes** del mes de **abril** y los dos primeros viernes del mes de **mayo** de **12:30h a 13:30h** en el aula de infantil de 4 años. Que irán dirigidas a los padres y madres de Educación Infantil y de primer ciclo de Educación Primaria de la escuela Cervantes de Nules. Estas sesiones se dividen con los siguientes bloques de contenidos:

- **1º sesión:** se trata de una sesión de presentación del programa introduciendo los conocimientos, destrezas y habilidades que se van a desarrollar en las siguientes sesiones y comentar las expectativas formativas que se pretende alcanzar.
- **2º sesión:** se transmitirán la importancia de las emociones para adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones reflejando la necesidad y atención que necesitan los niños a la hora de mostrar sus emociones, y profundizando en mejorar la autoestima y asertividad de los padres y de los hijos.
- **3º sesión:** teniendo en cuenta la sesión anterior, se enseñará a anticipar vuestras emociones a situaciones problemáticas, enfatizaremos en cómo ayudar a sus hijos a controlar y regular sus propias emociones en situaciones problemáticas.
- **4º sesión:** nos basamos en la sesión anterior, para enfatizar en la importancia del apoyo parental para la resolución de problemas y destacaremos y explicaremos el proceso de negociación y establecimiento de acuerdos.
- **5º sesión:** utilizaremos la comunicación asertiva como antídoto para desarrollar la escucha activa empática y la expresión de sentimientos y fomentaremos la empatía.
- **6º sesión:** se enseñara a crear un ambiente adecuado, tranquilo y seguro en el que los niños puedan mostrar sus emociones, finalmente se realizara una evaluación del programa a través de la opinión de los participantes.

Cordialmente,
Beatriz González Gavaldá

Para poder saber los miembros que desean participar en el programa, les ruego que confirmen su asistencia y entreguen este papel a los tutores de la correspondiente clase:

PARTICIPARE

NO PARTICIPARE

Anexo 2: sesión 1 Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales

Sesión 1: Presentación del programa	
Preparación de la sala de trabajo	
Recursos	Sillas para los participantes, mesa para depositar los materiales, rotuladores de colores y/o bolígrafos, folios, papelógrafo y fichas de la correspondiente sesión. Pizarra y tizas.
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de iniciar la sesión colocamos las mesas de forma que todos los participantes pudieran observar correctamente las diapositivas y del mismo modo pudieran verse entre ellos, es decir, en forma de U.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar que las personas ocupen en la sala un lugar que permita el contacto visual y reconocimiento mutuo • Promover un clima de participación e interacción entre los participantes.
Tiempo previsto	El necesario antes de que los participantes lleguen a la sala
Bienvenida a los participantes	
Recursos	-----
Indicaciones del coordinador de la sesión	Una vez que los participantes fueron llegando a la sala de trabajo, el coordinador les saludó e invitó a tomar asiento. Posteriormente, cuando todos los participantes se encontraron en la sala, el coordinador se presentó comentando su nombre y apellidos, profesión, especialización y experiencia en la temática que se iba a trabajar y aquella información adicional que considero relevante para el desarrollo del programa. A continuación dio la bienvenida a los participantes y les agradeció su interés por formar parte de este programa de formación.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir a los padres y madres que se valora su presencia en la sesión y que se reconoce su interés por asistir. • Generar un clima de acogida y de confianza que facilite la participación activa y el desarrollo de la sesión
Metodología	Expositiva por parte del coordinador
Tiempo previsto	5 minutos
Conociéndonos	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Rotuladores de punta ancha * Papel
Indicaciones del coordinador de la sesión	El coordinador pidió a los participantes que, de uno en uno, dijeran sus nombres, número de hijos, etapas evolutivas y edades de los hijos y alguna otra información que quieran añadir sobre sí mismos. Después de presentarse a sí mismos, cada uno debía intentar recordar dos o tres nombres de personas que ya se habían presentado para ir familiarizándose con los nombres y las caras. Posteriormente indicó a los participantes que pusieran su nombre y edades de sus hijos en el papel y lo colocarán de forma que todos los presentes pudieran verlo.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Promover la identificación personal de cada componente del grupo para que los restantes puedan dirigirse a cada persona por su nombre • Facilitar que cada persona pueda recordar el nombre de los restantes • Estimular los procesos de interacción y comunicación entre los

	miembros del grupo.
Metodología	Activa por parte de los participantes
Tiempo previsto	10 min
Introducción de contenidos	
Recursos	* Ficha "Cuestionario de Evaluación inicial de competencias parentales"/sesión 1
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>En primer lugar, el coordinador comentó los temas que íbamos a tratar y la dinámica de grupo, así como las expectativas que se pretendían con el programa. Después, el coordinador explicó a los participantes los estilos parentales y como influyen estos en el contexto familiar, poniendo énfasis en su influencia en la educación emocional de sus hijos. Seguidamente, expuso las ventajas de acudir a una escuela de formación para padres y en que dos programas se basa este programa y cuales eran los objetivos que se pretendían.</p> <p>En segundo lugar, tras la presentación el coordinador propuso una actividad a los padres que consistía en reflexionar individualmente sobre los aspectos que les preocupan sobre la educación de sus hijos y sobre las relaciones que mantienen con ellos. Las preocupaciones se manifestaron posteriormente en común para analizar si eran semejantes o diferentes a la de los otros padres y madres, la mayoría compartía las mismas preocupaciones, lo que provocó una cierta sensación de tranquilidad en los padres y madres al comprobar que las dudas individuales eran semejantes a las de los otros.</p> <p>Finalmente, pidió a los participantes que rellenaran la ficha "Cuestionario de Evaluación inicial de Competencias parentales"/Sesión 1 en la que aparecen tres secciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Aspectos sociodemográficos que pueden incidir de manera diferencial en las dinámicas familiares ○ Preocupaciones que se plantean los padres y madres con respecto a la educación de sus hijos y modos de solucionar los problemas de comportamiento de éstos, ○ Indicación de su grado de acuerdo con afirmaciones relacionadas con el comportamiento propio y con la interacción con los hijos <p>Este cuestionario se realizó por una parte para analizar los aspectos sociodemográficos, la educación que reciben los hijos de los padres y el comportamiento e interacción con ellos para analizar los resultados del programa en el presente trabajo y por otra parte, para ver las preocupaciones, dudas y errores que cometen los padres y poner conocimientos y destrezas para solventarlas.</p> <p>Cuanto anotaron individualmente sus respuestas en la ficha, el coordinador fue anotando en el papelógrafo los temas o preocupaciones que fueron diciendo los padres y madres. Lo que permitió realizar una breve conclusión sobre los contenidos que se necesitan trabajar con más énfasis en el programa.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Informar a los padres y madres sobre los estilos educativos y su influencia en la educación emocional de sus hijos. • Facilitar que los padres y madres conozcan los temas concretos a tratar en cada sesión. • Fomentar que los padres y madres reflexionen sobre las

	<p>preocupaciones educativas que tienen con respecto a sus hijos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover que los padres y madres puedan relativizar dichas preocupaciones entendiendo que son comunes a muchos de ellos. • Identificar las expectativas de aprendizaje que tienen los padres y madres al participar en el programa.
Metodología	En primer lugar, expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los participantes y en segundo lugar, activa por parte de los participantes.
Tiempo previsto	35 minutos
Resumir lo aprendido incitando a la reflexión	
Recursos	Ficha "Recordar lo que he aprendido"/Sesión 1
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>El coordinador indicó a los participantes que identifiquen y escriban tres aspectos que más les interesaron en lo tratado en la sesión, y también que identifiquen y escriban los tres aspectos tratados en la sesión que les parecen más difíciles de poner en práctica.</p> <p>Cuando terminaron entregaron la ficha al coordinador para que él pudiera conocer mejor las inquietudes del grupo y pudiera reforzar en las siguientes sesiones los aspectos que observe que más le interesan.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Promover que los participantes recuerden lo trabajado en la sesión, lo practiquen, dediquen un tiempo a reflexionar sobre ello hasta la sesión siguiente, identifiquen dudas y hagan más consciente su estilo educativo con sus hijos. • Ayudar al coordinador en la siguiente sesión a reforzar ideas y aclarar que los padres y madres hayan identificado sobre lo tratado en la sesión actual.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los asistentes.
Tiempo previsto	5 minutos
Cierre de la sesión	
Recursos	Identificadores personales "Guía breve de Educación Emocional para Familias y Educadores" de la Asociación d'Elisabeth d'Ornano.
Indicaciones para el coordinador de la sesión	Antes de abandonar la sala, el coordinador pidió a los participantes que le entregaran los identificadores personales para tenerlos disponibles en la siguiente sesión. Finalmente les agradeció su presencia en la sesión y les recordó la fecha programada para la siguiente sesión y también facilitó una guía breve de Educación Emocional para Familias y Educadores de la Asociación d'Elisabeth d'Ornano.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Mostrar a los padres y madres que se valora su participación en la sesión • Generar en los padres y madres la expectativa de participación en la próxima sesión
Tiempo previsto	5 minutos

Anexo 3: Ficha “Cuestionario de Evaluación inicial de competencias parentales”/sesión 1

Cuestionario de evaluación inicial de competencias parentales

Este cuestionario tiene como objetivo identificar las preocupaciones de los padres y madres al educar a sus hijos e hijas y sus habilidades parentales. Por ello es importante que expresas con sinceridad tu opinión sobre los temas que aparecen a continuación. **Gracias por tu colaboración.**

Información socio-demográfica

Sexo: 1) Mujer 2) Varón

Estudios cursados: 1) Primario 2)FP/Bachiller 3) Universidad 4)Otros: _____

Edad: (1) Entre 24-29 años (2) Entre 30-35 años (3) 36-41 (4) 42-47 (5) 48-53 (6) 54-59 (7) 60-65 (8) 66-71

Situación familiar:

1. Estado civil:

1.1) Casado/a 1.2) Soltero/a 1.3) Separado/a 1.4) Divorciado/a 1.5)Viudo/a 1.6)Pareja de hecho

2. Tipo de familia:

2.1. Viven los dos padres con los hijos de ambos: *Familia nuclear*

2.2. Viven los dos padres, cada uno incluye a los hijos que tuvieron en su otra familia: *Familia binuclear*

2.3. Vive solo el padre o solo la madre con los hijos: *Familia monoparental.*

2.4. Vive con una nueva pareja y con los hijos de ambos: *Familia reconstituida*

2.5. Otra situación familiar. Comentar _____

3. Señalar una de las siguientes opciones

3.1. Vive con su familia: padre/madre e hijos 3.2. Vive compartiendo casa con otros familiares

4. Número de hijos: _____ **5. Edades de los hijos:** _____

Tiene trabajo pagado que realiza fuera de casa: SÍ ____ NO _____

Situación laboral:

1) Funcionario. Señalar actividad profesional: _____

2) Personal laboral: Señalar actividad profesional: _____

3) Personal contratado. Señalar actividad profesional: _____

4) Trabajo en empresa privada. Señalar actividad profesional: _____

5) Estatutario. Señalar actividad profesional: _____

6) Desempleo

7) Pensionista

8) Otra situación laboral. Indicar en qué consiste: _____

Cuestiones

1. ¿Cuáles son las dos preocupaciones más importantes que te planteas al educar a tus hijos?

2. ¿Cómo sueles solucionar los problemas de comportamiento de tus hijos?

Por favor valora con 1 -(TD)-Total Desacuerdo, 2-(D)- Desacuerdo, 3 -(A)- De acuerdo y 4 -(TA)- Total Acuerdo. Cada una de las siguientes afirmaciones:

VALORACIÓN → 1 -(TD)-Total Desacuerdo, 2-(D)- Desacuerdo, 3 -(A)- De acuerdo y 4 -(TA)- Total Acuerdo	1 TD	2 D	3 A	4 TA
1. Tengo información adecuada sobre cómo relajarme y controlar mis emociones				
2. En el día a día se relajarme y controlarme				
3. Cuando otras personas intentan imponerse a mí, lo mejor es imponerse también para solucionar la situación				
4. Cuando me enfado suelo expresar mis emociones de forma "explosiva"				
5. Comento con frecuencia con las otras personas las características positivas que veo en ellas				
6. Considero que la mayoría de las personas tiene capacidad para saber tomar sus propias decisiones				
7. Cuando surgen conflictos con las personas lo mejor es hablar con ellas para encontrar entre todos la mejor solución				
8. Cuando las otras personas no cumplen con sus obligaciones me mantengo firme para que asuman su responsabilidad				
9. Cuando algo no sale como deseo procuro ver el punto positivo				
10. Conviene expresar nuestros propios sentimientos ante los demás cuando nos surjan problemas con ellos				
11. Tengo información adecuada sobre cómo decir las cosas para evitar ofender				
12. Me preocupa mucho lo que los demás piensen de mí o sobre cómo actúo				
13. Tengo buena opinión de mí mismo/a				
14. Tengo información adecuada sobre cómo llegar a acuerdos con las personas para solucionar problemas				
15. En el día a día encuentro pocas oportunidades para hacer lo que más me relaja y satisface				
16. Cuando alguien tiene un problema suelo implicarme más de la cuenta para solucionarlo				

VALORACIÓN → 1 -(TD)-Total Desacuerdo, 2-(D)- Desacuerdo, 3 -(A)- De acuerdo y 4 - (TA)- Total Acuerdo	1 TD	2 D	3 A	4 TA
1. Me cuesta entender el comportamiento de mis hijos				
2. Me siento capaz de desarrollar con mis hijos mi función de madre/padre				
3. Tengo poca paciencia con mis hijos				
4. Los problemas que me plantean mis hijos son diferentes a los de otros padres/madres				
5. Cuando mis hijos se portan mal, no soy capaz de hablar con ellos sin perder el control				
6. En el día a día suelo decirles a mis hijos lo positivo que veo en ellos				
7. Cuando mis hijos hacen algo mal o tienen un mal comportamiento, les digo que son torpes, desobedientes, o algo similar para que se corrijan				
8. Cuando mis hijos no se portan bien es porque necesitan que les atienda más				
9. Cuando mis hijos intentan salirse con la suya para conseguir algo, yo me impongo más para controlar la situación				
10. Cuando mis hijos no hacen las tareas que les corresponden acabo haciéndoselas yo para que no queden sin hacer				
11. Cuando surge un conflicto con mis hijos les digo lo que hay que hacer y se termina el problema				
12. Cuando mis hijos no hacen las tareas que les corresponden, saben que tienen que asumir unas consecuencias o castigos				
13. Cuando algo no sale como deseo con mis hijos procuro ver el punto positivo				
14. Suelo reñir o dar voces a mis hijos cuando hacen o dicen algo que me molesta				
15. Muchas veces acabo no aplicando a mis hijos las consecuencias o castigos que les he dicho que voy a aplicar si no hacen las tareas que les corresponden				
16. Cuando mis hijos me ayudan a hacer algunas tareas, se lo agradezco y les hago ver que le han sido útiles				
17. Tengo información adecuada sobre como controlar y poner límites a los comportamientos de mis hijos				
18. Cuando mis hijos me desobedecen, lo mejor es imponerse para solucionar la situación				

19. Sé relajarme y controlar mis emociones ante mis hijos				
20. Cuando a mis hijos les va mal por su comportamiento o en sus estudios, suelo pensar que estoy fallando al educarlos				
21. Hago ver a mis hijos que son capaces de tomar decisiones aunque sean pequeños				
22. Cuando mis hijos no cumplen sus obligaciones suelo mantenerme firme en cumplir lo que he prometido hacer				
23. Conviene decirles a nuestros hijos cómo nos sentimos con su manera de actuar				
24. En el momento actual tengo información adecuada sobre cómo decir las cosas a mis hijos para evitar ofender				
25. Al educar a mis hijos me preocupa mucho lo que los demás pueden opinar sobre cómo lo hago				
26. Tengo buena opinión de mí mismo/a sobre cómo educo a mis hijos				
27. Tengo información adecuada sobre cómo llegar a acuerdos con mis hijos para solucionar problemas				

Anexo 4: Ficha “Recordar lo que he aprendido”/ sesión 1

RECUERDA LO QUE HAS APRENDIDO EN ESTA SESIÓN

Escribe tres cosas que te hayan **resultado nuevas o interesantes** en esta sesión:

1.

2.

3.

Escribe tres cosas sobre lo que hemos tratado en esta sesión que te **resultan difíciles** cuando las pones en práctica:

1.

2.

3.

Anexo 5: sesión 2 Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales

Sesión 2: La importancia de las emociones y observando las emociones	
Preparación de la sala de trabajo	
Recursos	Sillas para los participantes, mesa para depositar los materiales, rotuladores de colores y/o bolígrafos, folios, papelógrafo y fichas de la correspondiente sesión. Pizarra y tizas.
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de iniciar la sesión colocamos las mesas de forma que todos los participantes pudieran observar correctamente las diapositivas y del mismo modo pudieran verse entre ellos, es decir, en forma de U.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar que las personas ocupen en la sala un lugar que permita el contacto visual y reconocimiento mutuo • Promover un clima de participación e interacción entre los participantes.
Tiempo previsto	El necesario antes de que los participantes lleguen a la sala
Bienvenida a los participantes	
Recursos	-----
Indicaciones del coordinador de la sesión	Una vez que los participantes fueron llegando a la sala de trabajo, el coordinador les indicó que recogieran sus identificadores personales situados encima de la mesa. Cuando se sentaron, el coordinador saludó al grupo y les dio la bienvenida y agradeció su participación.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir a los padres y madres que se valora su presencia en la sesión y que se reconoce su interés por asistir. • Generar un clima de acogida y de confianza que facilite la participación activa y el desarrollo de la sesión
Metodología	Expositiva por parte del coordinador
Tiempo previsto	5 minutos
Repaso de lo tratado en las sesiones anteriores e identificación de dificultades percibidas en el desempeño del rol parental	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Recordar lo que he aprendido”/Sesión 1 * Pizarra y tizas de colores
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de introducir nuevos conocimientos, el coordinador invitó a los padres y madres a recordar las ideas fundamentales tratadas en las sesiones anteriores. Para ello leyó algunas de las anotaciones que los padres hicieron en la ficha “Recordar lo que aprendido”/Sesión 1 entregada al final de la sesión anterior. Con la información que el grupo recuerde, el coordinador irá anotando en la pizarra y relacionando con las tizas de colores, los aspectos que se vayan comentado, destacando las ideas que hayan quedado claras y las que conviene aclarar.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a recordar las ideas tratadas en las sesiones anteriores. • Identificar aspectos que quedaron bien asimilados en la sesión anterior y otros que necesitan profundización. • Identificar el grado de coincidencia con que los padres y madres participantes priorizan ciertas ideas y dudas sobre su rol parental asociadas a los aspectos tratados en las sesiones anteriores.

Metodología	Participativa en grupo
Tiempo previsto	10 min
Introducción de contenidos	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Libro “El emocionario” de Cristina Nuñez Y Rafael Romero * Libro “El monstruo de colores” de Anna Llenas * Libro “El laberinto del alma” de Anna Llenas * Libro “Crezco feliz: ¡Las emociones de Max” de Anna García-Siñeriz * Tabla de las emociones
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>En primer lugar, el coordinador reveló la dinámica de esta sesión y cómo iba a ser dirigida. Después, el coordinador explicó a los participantes las emociones que hay y que son para nosotros. Diferenciando entre emociones positivas y negativas; y primarias y secundarias, para que los padres puedan conocerlas. Se apoyó de la presentación sesión 2 así como del libro “El emocionario” para explicar estos conceptos. También hizo hincapié en que no podemos enseñar todas las emociones a la vez puesto que madurativamente no están preparados para comprenderlas todas.</p> <p>Seguidamente, les explicó la importancia que tiene conocer las situaciones que generan en los niños unas determinadas emociones, para poder conocerlos mejor y saber como actuar en determinadas circunstancias. Para ello, les aconsejó realizar una actividad en casa que se tratará de la tabla de las emociones en la cual, en las columnas debían colocar los 4 monstruos que representan las 4 emociones básicas: alegría, tristeza, enfado y miedo. Y en las filas los nombres de los miembros de la familia y que en casa cada uno anotará determinadas circunstancias que les provocarán esos sentimientos y lo comentarán entre ellos.</p> <p>Finalmente, el coordinador les facilitó unos pasos para que puedan ayudar a sus hijos a gestionar sus emociones de forma positiva.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir la importancia de las emociones. • Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones • Saber que no todas las emociones se pueden enseñar de golpe • Anticipar a los padres a las emociones que pueden tener los niños ante determinadas situaciones • Prevenir los efectos nocivos de las emociones negativas
Metodología	En primer lugar, expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los participantes y en segundo lugar, activa por parte de los participantes.
Tiempo previsto	30 minutos
Desarrollo de las habilidades parentales	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Reconociendo lo positivo de uno mismo” * Pizarra y tizas
Indicaciones del coordinador de la sesión	Tras la exposición anterior, el coordinador pidió a los participantes que formarán grupos pequeños y que durante unos 7 minutos respondieran a las cuestiones que aparecen en la ficha “Reconociendo lo positivo de uno mismo” y que durante unos 5 minutos comentaran en pequeño grupo las características positivas. Una vez finalizado el tiempo de trabajo en pequeño grupo, se realizó en gran grupo, para que los asistentes puedan

	<p>identificar semejanzas entre sí y que puedan completarlas añadiendo nuevas características sobre los compañeros. A su vez, el coordinador fue apuntando en el papelógrafo las características positivas que se fueron identificado en los grupos, e intento clasificarlas.</p> <p>Una vez comentando en gran grupo, el coordinador introdujo la idea de que los pensamientos influyen sobre le comportamiento de las personas y les invitó a reflexionar sobre los pensamientos que no ayudan y pensamientos que ayudan, para que recapacitar sobre los efectos que pueden tener sobre sí mismos y sobre sus relaciones familiares con sus parejas e hijos.</p> <p>Y para terminar pidió a dos personas voluntarias que salgar para realizar un dibujo. Antes de hacerlo se les indicará que salgan de la sala por un instante, y mientras, el coordinador dio directrices al resto del grupo: en que hagan comentario negativos al dibujo de una de esas personas y respondieran positivamente al dibujo de la segunda persona. Se analizó posteriormente cómo se ha sentido cada persona. Con ello se reflexionó en la influencia de los actos sobre los hijos y como estos pueden dañar su autoestima.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Propiciar que los padres y madres reflexionen, identifiquen y reconozcan las cualidades y características positivas que tienen en sí mismos y en lo que les rodea. • Fomentar la autovaloración de los padres y madres a través de la auto- estimulación y el auto-reconocimiento personal. • Promover que los padres y madres desarrollen habilidades de auto-estimulación a través del lenguaje interno positivo y del recuerdo de sus potencialidades. • Promover el desarrollo de la seguridad personal en los padres y madres a través del reconocimiento de sus características positivas, tanto las que identifican por sí mismos, como las que identifican en ellos otros padres y madres. • Hacer conscientes estos pensamientos y a reflexionar sobre los efectos que pueden tener sobre sí mismos y sobre sus relaciones familiares con sus parejas e hijos. • Facilitar que los padres y madres reflexionen, identifiquen y reconozcan los factores básicos que influyen en el desarrollo de la autoestima y de la asertividad en sus hijos. • Promover que los padres y madres desarrollen habilidades de estimulación de la autoestima y de la asertividad en sus hijos utilizando de modo positivo el contacto físico, el lenguaje motivador y la asignación de tareas y responsabilidades proporcionadas a la edad de los hijos.
Metodología	Participativa en dinámica de pequeños grupos y puesta en común en gran grupo
Tiempo previsto	30 min
Resumir lo aprendido incitando a la reflexión	
Recursos	Ficha "Recordar lo que he aprendido"/Sesión 2
Indicaciones del coordinador de la sesión	El coordinador indicó a los participantes que identifiquen y escriban tres aspectos que más les interesaron en lo tratado en la sesión, y también que identifiquen y escriban los tres aspectos tratados en la sesión que les

	parecen más difíciles de poner en poner en práctica. Cuando terminaron entregaron la ficha al coordinador para que él pudiera conocer mejor las inquietudes del grupo y pudiera reforzar en las siguientes sesiones los aspectos que observe que más le interesan.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Promover que los participantes recuerden lo trabajado en la sesión, lo practiquen, dediquen un tiempo a reflexionar sobre ello hasta la sesión siguiente, identifiquen dudas y hagan más consciente su estilo educativo con sus hijos. • Ayudar al coordinador en la siguiente sesión a reforzar ideas y aclarar que los padres y madres hayan identificado sobre lo tratado en la sesión actual.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los asistentes.
Tiempo previsto	5 minutos
Cierre de la sesión	
Recursos	Identificadores personales
Indicaciones para el coordinador de la sesión	Antes de abandonar la sala, el coordinador pidió a los participantes que le entregaran los identificadores personales para tenerlos disponibles en la siguiente sesión. Finalmente les agradeció su presencia en la sesión y les recordó la fecha programada para la siguiente sesión.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Mostrar a los padres y madres que se valora su participación en la sesión • Generar en los padres y madres la expectativa de participación en la próxima sesión
Tiempo previsto	5 minutos

Anexo 6: Ficha “Reconociendo lo positivo de uno mismo”

RECONOCIENDO LO POSITIVO DE UNO MISMO

- ¿Nos resulta difícil decir cosas positivas sobre nosotros mismos? ¿Por qué?

- Citar algunas cosas positivas de uno mismo:

- Citar algunas cosas que nos guste hacer solos:

- Citar algunas cosas que nos guste hacer en compañía de nuestra pareja o amigos:

¿Es más difícil animarnos que encontrar defectos? ¿Por qué?

¿Cómo podrían cambiar nuestras relaciones con los otros si reconociéramos nuestras propias virtudes y la de los demás?

Anexo 7: ficha “Recordar lo que he aprendido”/ sesión 2

RECUERDA LO QUE HAS APRENDIDO EN ESTA SESIÓN

Escribe tres cosas que te hayan **resultado nuevas o interesantes** en esta sesión:

1.

2.

3.

Escribe tres cosas sobre lo que hemos tratado en esta sesión que te **resultan difíciles** cuando las pones en práctica:

1.

2.

3.

Anexo 8: sesión 3 Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales

Sesión 3: Situaciones detonantes ¿Cómo controlar las emociones?	
Preparación de la sala de trabajo	
Recursos	Sillas para los participantes, mesa para depositar los materiales, rotuladores de colores y/o bolígrafos, folios, papelógrafo y fichas de la correspondiente sesión. Pizarra y tizas.
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de iniciar la sesión colocamos las mesas de forma que todos los participantes pudieran observar correctamente las diapositivas y del mismo modo pudieran verse entre ellos, es decir, en forma de U.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar que las personas ocupen en la sala un lugar que permita el contacto visual y reconocimiento mutuo • Promover un clima de participación e interacción entre los participantes.
Tiempo previsto	El necesario antes de que los participantes lleguen a la sala
Bienvenida a los participantes	
Recursos	-----
Indicaciones del coordinador de la sesión	Una vez que los participantes fueron llegando a la sala de trabajo, el coordinador les indicó que recogieran sus identificadores personales situados encima de la mesa. Cuando se sentaron, el coordinador saludó al grupo y les dio la bienvenida y agradeció su participación.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir a los padres y madres que se valora su presencia en la sesión y que se reconoce su interés por asistir. • Generar un clima de acogida y de confianza que facilite la participación activa y el desarrollo de la sesión
Metodología	Expositiva por parte del coordinador
Tiempo previsto	5 minutos
Repaso de lo tratado en las sesiones anteriores e identificación de dificultades percibidas en el desempeño del rol parental	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Recordar lo que he aprendido”/Sesión 1/Sesión 2 * Pizarra y tizas de colores
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de introducir nuevos conocimientos, el coordinador invitó a los padres y madres a recordar las ideas fundamentales tratadas en las sesiones anteriores. Para ello leyó algunas de las anotaciones que los padres hicieron en la ficha “Recordar lo que aprendido”/Sesión 1/Sesión 2 entregada al final de la sesión anterior. Con la información que el grupo recuerde, el coordinador irá anotando en la pizarra y relacionando con las tizas de colores, los aspectos que se vayan comentado, destacando las ideas que hayan quedado claras y las que conviene aclarar.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a recordar las ideas tratadas en las sesiones anteriores. • Identificar aspectos que quedaron bien asimilados en la sesión anterior y otros que necesitan profundización. • Identificar el grado de coincidencia con que los padres y madres participantes priorizan ciertas ideas y dudas sobre su rol parental asociadas a los aspectos tratados en las sesiones anteriores.

Metodología	Participativa en grupo
Tiempo previsto	10 min
Introducción de contenidos	
Recursos	* Ficha “Método de exploración de alternativas”
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>En primer lugar, el coordinador reveló la dinámica de esta sesión y cómo iba a ser dirigida. Después, el coordinador preguntó a los participantes si habían llevado a cabo la tabla de emociones explicada en la sesión anterior, cómo había beneficiado en el ámbito familiar y si habían notado cambios en determinadas situaciones.</p> <p>A continuación se les explicó que en el día a día pueden haber situaciones que escapen de su control y no sepan resolver, ello exige una capacidad de adaptación y autocontrol para no reaccionar de forma impulsiva y poder pensar las alternativas. Esto sucede con frecuencia en las relaciones entre padres y madres e hijos. Por ello, es conveniente que los padres y madres reflexionen sobre tu tendencia de comportamiento ante situaciones problemáticas que afectan solo y directamente a sus hijos y que deben aprender por si solos a resolver. Para ello se les facilitó la ficha “Método de exploración de alternativas”, que contiene habilidades que los hijos deben desarrollar para resolver sus propias situaciones acompañados de sus padres y madres.</p> <p>En este punto también se hizo hincapié en la importancia de los propios padres de controlar y regular sus propias emociones para ser un buen ejemplo en la resolución de conflictos ante sus hijos, y de esta forma ayudar a sus hijos a controlar y regular sus emociones ante situaciones problemáticas. Este tema ya ha sido trabajado en sesiones anteriores.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar que los padres y madres puedan identificar con claridad cuándo la toma de decisiones sobre determinadas situaciones corresponde solo a los hijos. • Ayudar a los padres y madres a comprender la importancia de que sus hijos se impliquen en la resolución de sus propios problemas para que desarrollen competencias intelectuales, personales, emocionales y sociales como la autonomía personal, la responsabilidad y la confianza en sí mismos. • Propiciar que los padres y madres reflexionen sobre el grado en que tienden a implicarse en la resolución de problemas que afectan exclusivamente a sus hijos. • Ayudar a los padres y madres a destacar el valor del Método de Exploración de Alternativas como estrategia válida para ayudar a sus hijos a resolver sus propios problemas. • Promover que los padres y madres hagan consciente el valor de la comunicación y de la escucha activa como estrategias adecuadas para contribuir a que sus hijos encuentren solución a sus propios problemas. • Facilitar que los padres y madres reflexionen sobre el valor del autocontrol emocional y del comportamiento para evitar implicarse más de lo necesario en la resolución de situaciones que afectan solo a sus hijos.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los padres.

Tiempo previsto	20 minutos
Desarrollo de las habilidades parentales	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Caso para practicar el Método de Exploración de Alternativas en la resolución de problemas de los hijos” * Ficha “Caso resuelto para practicar el Método de Exploración de Alternativas en la resolución de problemas de los hijos” * Ficha “Identificación de casos propios para aplicar el método de exploración de alternativas de los hijos”. * Papelógrafo, bolígrafos y rotuladores de colores.
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>Tras la introducción temática anterior, el coordinador pidió a los participantes que formarán grupos pequeños con aquellas personas que no han formado grupo en sesiones anteriores y les repartió la ficha “Caso para practicar el Método de Exploración de Alternativas en la resolución de problemas de los hijos”. Posteriormente, pidió que leyeran la conversación entre madre e hijo y tras comentar brevemente que sucede, que anotarán el grado en el que se identificaban con él y cómo podrían resolverlo teniendo en cuenta la anterior ficha “Método de Exploración de Alternativas”. Dejó unos 10 minutos para realizar la actividad.</p> <p>Una vez realizada, comentaron en gran grupo en que se identificaban y que soluciones habían propuesto, seguidamente el coordinador repartió la ficha “Caso resuelto para practicar el Método de Exploración de Alternativas en la resolución de problemas de los hijos”, la leyeron en gran grupo y comentaron las similitudes y soluciones que encontraron a lo que ellos habían propuesto.</p> <p>Para finalizar, les propuso trabajar con el pequeño grupo la ficha “Identificación de casos propios para aplicar el método de exploración de alternativas de los hijos”, en la cual cada miembro tiene que explicar al resto del equipo una situación que no sabe cómo afrontar con sus hijos y encontrar una solución para ello, retomando la ficha “Método de exploración de alternativas” y lo ya aprendido. Dejó unos 15 minutos para la realización.</p> <p>Transcurrido el tiempo de trabajo, cada pequeño grupo realizó una exposición de las situaciones y soluciones que habían encontrado a todo el grupo. Mientras el coordinador apuntaba en el papelógrafo las ideas debatidas en los grupos y las temáticas que los padres y madres hayan identificado como interesantes para aplicar el método con sus hijos.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres 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. • Propiciar que los padres y madres tengan momentos de debate y contraste con otros padres y madres acerca del grado en que se implican en la resolución de problemas que afectan solo a sus hijos. • Promover que los padres y madres desarrollen habilidades de auto-conocimiento y autorregulación emocional y del comportamiento para poner adecuadamente en práctica el método de exploración de alternativas en la resolución de problemas que afectan a sus hijos, sin criticar las alternativas que éstos

	<p>propongan ni presionarles para que adopten aquellas que más gusten a los padres y madres.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover que los padres y madres practiquen con habilidad y eficacia el método de exploración de alternativas para ayudar a sus hijos a solucionar sus propios problemas. • Promover que los padres y madres sirvan de modelo positivo de comportamiento para que a través de la imitación de conductas y el aprendizaje observacional sus hijos desarrollen progresivamente habilidades para resolver sus propios problemas.
Metodología	Participativa en dinámica de pequeños grupos y puesta en común en gran grupo
Tiempo previsto	30 min
Resumir lo aprendido incitando a la reflexión	
Recursos	Ficha "Recordar lo que he aprendido"/Sesión 3
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>El coordinador indicó a los participantes que identifiquen y escriban tres aspectos que más les interesaron en lo tratado en la sesión, y también que identifiquen y escriban los tres aspectos tratados en la sesión que les parecen más difíciles de poner en práctica.</p> <p>Cuando terminaron entregaron la ficha al coordinador para que él pudiera conocer mejor las inquietudes del grupo y pudiera reforzar en las siguientes sesiones los aspectos que observe que más le interesan.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Promover que los participantes recuerden lo trabajado en la sesión, lo practiquen, dediquen un tiempo a reflexionar sobre ello hasta la sesión siguiente, identifiquen dudas y hagan más consciente su estilo educativo con sus hijos. • Ayudar al coordinador en la siguiente sesión a reforzar ideas y aclarar que los padres y madres hayan identificado sobre lo tratado en la sesión actual.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los asistentes.
Tiempo previsto	5 minutos
Cierre de la sesión	
Recursos	Identificadores personales
Indicaciones para el coordinador de la sesión	Antes de abandonar la sala, el coordinador pidió a los participantes que le entregaran los identificadores personales para tenerlos disponibles en la siguiente sesión. Finalmente les agradeció su presencia en la sesión y les recordó la fecha programada para la siguiente sesión.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Mostrar a los padres y madres que se valora su participación en la sesión • Generar en los padres y madres la expectativa de participación en la próxima sesión
Tiempo previsto	5 minutos

Anexo 9: ficha “Método de exploración de alternativas”

MÉTODO DE EXPLORACIÓN DE ALTERNATIVAS PARA LA SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

PASOS:

1. Identificar cuál es el problema
2. Proponer posibles soluciones o alternativas al problema
3. Pensar en las posibilidades y limitaciones de cada alternativa
4. Elegir una de esas alternativas como solución
5. Pensar cómo se va a poner en práctica la alternativa
6. Poner en práctica la alternativa
7. Fijar un momento para revisar si funciona

Es importante que al utilizar el método de exploración de alternativas, tanto las alternativas de solución como la manera de ponerlas en práctica **sean propuestas por los propios hijos**, y matizadas, si es el caso, por los padres y madres, cuando sea necesario.

Con este método, los padres y madres pueden ayudar a sus hijos a:

- **Asumir la responsabilidad** de resolver sus propios problemas.
- Desarrollar la capacidad de **tolerar frustraciones** si las cosas no salen como esperan.
- **Aceptar las consecuencias** de sus propias decisiones.

Anexo 10: “Caso para practicar el método de exploración de alternativas en la resolución de problemas de los hijos”

Caso para practicar el “método de exploración de alternativas” en la resolución de problemas de los hijos

- **Madre: ¿Qué tal vas esta semana con las matemáticas?**
- Pablo: No sé. La “profe” pone ejercicios muy difíciles.
- **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: Ya te lo estoy diciendo: Estudiar más y dejarte de 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.)

Anexo 11: “Caso resuelto para practicar el método de exploración de alternativas en la resolución de problemas de los hijos”

Caso resuelto para practicar el “método de exploración de alternativas” en la resolución de problemas de los hijos

- **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 todavía. Pero a lo mejor si hablamos sobre esto 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.**

Anexo 12: “Identificación de casos propios para aplicar el método de exploración de alternativas de los hijos”

Identificación de casos propios para aplicar el método de exploración de alternativas de los hijos

Pon tu ejemplo propio: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Ejemplo caso de tu compañero: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Ejemplo caso de tu compañero: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Ejemplo caso de tu compañero: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Anexo 13: ficha “Recordar lo que he aprendido”/ sesión 3

RECUERDA LO QUE HAS APRENDIDO EN ESTA SESIÓN

Escribe tres cosas que te hayan **resultado nuevas o interesantes** en esta sesión:

1.

2.

3.

Escribe tres cosas sobre lo que hemos tratado en esta sesión que te **resultan difíciles** cuando las pones en práctica:

1.

2.

3.

Anexo 14: sesión 4 Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales

Sesión 4: Resolución de problemas y establecimiento de acuerdos	
Preparación de la sala de trabajo	
Recursos	Sillas para los participantes, mesa para depositar los materiales, rotuladores de colores y/o bolígrafos, folios, papelógrafo y fichas de la correspondiente sesión. Pizarra y tizas.
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de iniciar la sesión colocamos las mesas de forma que todos los participantes pudieran observar correctamente las diapositivas y del mismo modo pudieran verse entre ellos, es decir, en forma de U.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar que las personas ocupen en la sala un lugar que permita el contacto visual y reconocimiento mutuo • Promover un clima de participación e interacción entre los participantes.
Tiempo previsto	El necesario antes de que los participantes lleguen a la sala
Bienvenida a los participantes	
Recursos	-----
Indicaciones del coordinador de la sesión	Una vez que los participantes fueron llegando a la sala de trabajo, el coordinador les indicó que recogieran sus identificadores personales situados encima de la mesa. Cuando se sentaron, el coordinador saludó al grupo y les dio la bienvenida y agradeció su participación.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir a los padres y madres que se valora su presencia en la sesión y que se reconoce su interés por asistir. • Generar un clima de acogida y de confianza que facilite la participación activa y el desarrollo de la sesión
Metodología	Expositiva por parte del coordinador
Tiempo previsto	5 minutos
Repaso de lo tratado en las sesiones anteriores e identificación de dificultades percibidas en el desempeño del rol parental	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha "Recordar lo que he aprendido"/Sesión 1/Sesión 2/Sesión 3 * Pizarra y tizas de colores
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de introducir nuevos conocimientos, el coordinador invitó a los padres y madres a recordar las ideas fundamentales tratadas en las sesiones anteriores. Para ello leyó algunas de las anotaciones que los padres hicieron en la ficha "Recordar lo que aprendido"/Sesión 1 /Sesión 2 /Sesión 3 entregada al final de la sesión anterior. Con la información que el grupo recuerde, el coordinador irá anotando en la pizarra y relacionando con las tizas de colores, los aspectos que se vayan comentado, destacando las ideas que hayan quedado claras y las que conviene aclarar.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a recordar las ideas tratadas en las sesiones anteriores. • Identificar aspectos que quedaron bien asimilados en la sesión anterior y otros que necesitan profundización. • Identificar el grado de coincidencia con que los padres y madres participantes priorizan ciertas ideas y dudas sobre su rol parental asociadas a los aspectos tratados en las sesiones anteriores.

Metodología	Participativa en grupo
Tiempo previsto	10 min
Introducción de contenidos	
Recursos	* Ficha “Método Ganar- Ganar”
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>En primer lugar, el coordinador reveló la dinámica de esta sesión y como iba a ser dirigida. Después, el coordinador preguntó a los participantes si habían llevado a cabo las actividades de la sesión anterior, cómo había beneficiado en el ámbito familiar y si habían notado cambios en determinadas situaciones.</p> <p>A continuación se les explicó que cotidianamente los padres y madres se enfrentan al reto de tener que resolver situaciones y problemas que les generan sus hijos y que afectan ambos a la vez. Pero esta existencia de conflictos y desacuerdos de interés no tiene por qué ser, necesariamente , algo negativo. Para ello, les explico la ficha del “Método ganar-ganar” que consiste en unos procesos de negociación y establecimientos de acuerdo que permiten desarrollar competencias intelectuales que mejorar la vida familiar.</p> <p>Para finalizar comentó como llevar a cabo la situación si los acuerdos a los habían llegado no habían funcionado, es decir, les enseñó el método de cómo mejorar el comportamiento de los hijos y fomentar su autorregulación con disciplina: límites, normas y consecuencias.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar información a los padres y madres sobre lo que significan los conflictos en las relaciones familiares y sus potencialidades educativas cuando se resuelven de manera positiva. • Promover en los padres y madres la reflexión sobre la conveniencia de conocer y poner en práctica métodos de resolución positiva de conflictos con los hijos. • Propiciar que los padres y madres reflexionen sobre sus prácticas cotidianas de resolución de conflictos con sus hijos y valoren su grado de eficacia. • Ayudar a los padres y madres a identificar las competencias intelectuales, personales, emocionales y sociales que pueden desarrollar tanto ellos mismos como sus hijos al poner en práctica métodos de resolución positiva de conflictos. • Informar a los padres y madres sobre procesos de negociación y de establecimiento de acuerdos con sus hijos. • Ayudar a los padres y madres a destacar el valor del “método Ganar-Ganar” como estrategia válida para la resolución positiva de conflictos con sus hijos. • Promover que los padres y madres hagan consciente el valor de la comunicación, del diálogo, de la escucha activa, la empatía, la autorregulación emocional y la asertividad como estrategias necesarias para llevar a cabo procesos de negociación y para llegar a acuerdos con sus hijos. • Facilitar a los padres y madres información sobre lo que significa la disciplina como proceso de aprendizaje de competencias de autorregulación emocional y del comportamiento. • Promover que los padres y madres reflexionen sobre la conveniencia de conocer y poner en práctica procedimientos que

	<p>les ayuden a establecer límites y normas al comportamiento de sus hijos, que sean conocidas y respetadas por éstos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a reflexionar sobre la importancia de establecer consecuencias ante los comportamientos inadecuados de los hijos, que sean razonables, lógicas, proporcionadas, coherentes y directamente asociadas a la conducta que se pretende regular. • Facilitar que los padres y madres comprendan la necesidad de aplicar de manera consistente las consecuencias previstas ante comportamientos inadecuados de sus hijos, para que éstos aprendan a regular su comportamiento una vez que entiendan la asociación que se establece entre la conducta que acaban de realizar, las circunstancias en que dicha conducta se produce y las consecuencias que obtienen de la misma. • Propiciar que los padres y madres reflexionen sobre sus prácticas cotidianas de formulación de normas para la convivencia familiar, de establecimiento de límites al comportamiento de sus hijos, y de aplicación de consecuencias coherentes ante conductas inadecuadas de aquellos, y valoren su grado de eficacia para ayudar a sus hijos a aprender a autorregular su comportamiento.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los padres.
Tiempo previsto	20 minutos
Desarrollo de las habilidades parentales	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Caso para aplicar el método Ganar-Ganar” * Ficha “Caso resuelto para aplicar el método Ganar-Ganar” * Ficha “Identificación de casos propios para aplicar el método Ganar-Ganar”. * Ficha “Ejemplo de consecuencias coherentes” * Ficha “Identificación de casos propios para establecer y aplicar consecuencias coherentes con los hijos” * Papelógrafo, bolígrafos y rotuladores de colores.
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>Tras la introducción temática anterior, el coordinador pidió a los participantes que formarán grupos pequeños con aquellas personas que no han formado grupo en sesiones anteriores y les repartió la ficha “Caso para aplicar el método Ganar-Ganar”. Posteriormente, pidió que leyeran la conversación entre padre e hijo y tras comentar brevemente que sucede, que anotarán el grado en el que se identificaban con él y cómo podrían resolverlo teniendo en cuenta la anterior ficha “Método Ganar-Ganar”. Dejó unos 10 minutos para realizar la actividad.</p> <p>Una vez realizada, comentaron en gran grupo en que se identificaban y que soluciones habían propuesto, seguidamente el coordinador repartió la ficha “Caso resuelto para practicar el Método Ganar-Ganar”, la leyeron en gran grupo y comentaron las similitudes y soluciones que encontraron a lo que ellos habían propuesto.</p> <p>Para finalizar esta actividad, les propuso trabajar con el pequeño grupo la ficha “Identificación de casos propios para aplicar el método Ganar-Ganar”, en la cual cada miembro tiene que explicar al resto del equipo una situación que no sabe cómo afrontar con sus hijos y encontrar una</p>

	<p>solución para ello, retomando la ficha “Método Ganar-Ganar” y lo ya aprendido. Dejó unos 15 minutos para la realización.</p> <p>Transcurrido el tiempo de trabajo, cada pequeño grupo realizó una exposición de las situaciones y soluciones que habían encontrado a todo el grupo. Mientras el coordinador apuntaba en el papelógrafo las ideas debatidas en los grupos y las temáticas que los padres y madres hayan identificado como interesantes para aplicar el método con sus hijos.</p> <p>Seguidamente, hablaron de las consecuencias coherentes que se debían tomar una vez establecidas las normas de actuación. Para ello, el coordinador repartió la ficha “Ejemplo de consecuencias coherentes” y comentaron en gran grupo como creían que la actuación de la madre en esta ocasión. Mientras el coordinador apuntaba en el papelógrafo las ideas debatidas en los grupos y las temáticas que los padres y madres hayan identificado como interesantes para aplicar el método con sus hijos.</p> <p>Finalmente les propuso trabajar a cada pequeño grupo la ficha “Identificación de casos propios para establecer y aplicar consecuencias coherentes con los hijos” en la cual cada miembro tiene que explicar al resto del equipo una situación que no sabe cómo afrontar con sus hijos y encontrar una solución para ello. Dejó 15 para la realización de la actividad. Transcurrido el tiempo de trabajo, cada pequeño grupo realizó una exposición de las situaciones y soluciones que habían encontrado a todo el grupo.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a identificar y reconocer con claridad los pasos a seguir para poner en práctica procesos de negociación y de establecimiento de acuerdos con sus hijos. • Propiciar que los padres y madres tengan momentos de debate y contraste con otros padres y madres acerca de los procedimientos que utilizan cotidianamente con sus hijos para resolver situaciones que afectan a ambos. • Promover que los padres y madres desarrollen habilidades de auto- conocimiento y autorregulación emocional y del comportamiento para poner en práctica procesos de negociación y de establecimiento de acuerdos con sus hijos para solucionar situaciones conflictivas que afectan a ambos. • Facilitar que los padres y madres practiquen el método “Ganar-Ganar” en la resolución de problemas con sus hijos. • Propiciar que los padres y madres sirvan de modelo positivo de comportamiento para que a través del aprendizaje observacional y de la imitación de conductas, sus hijos desarrollen progresivamente habilidades de negociación y de resolución positiva de conflictos. • Ayudar a los padres y madres a identificar y reconocer con claridad la estructura de las consecuencias coherentes y sus diferencias con los premios y castigos aplicados sin previo conocimiento de los hijos. • Propiciar que los padres y madres tengan momentos de debate y contraste con otros padres y madres sobre los procedimientos que utilizan cotidianamente para regular la conducta de sus hijos. • Promover que los padres y madres desarrollen habilidades de auto-conocimiento, autorregulación emocional y del comportamiento y de asertividad para aplicar consecuencias coherentes de manera consistente ante comportamientos inadecuados de sus hijos. • Propiciar que los padres y madres practiquen con habilidad y

	<p>eficacia la identificación y puesta en práctica de las consecuencias coherentes.</p> <ul style="list-style-type: none"> Promover que los padres y madres sirvan de modelo positivo de comportamiento para que a través de la imitación de conductas y del aprendizaje observacional sus hijos desarrollen progresivamente hábitos positivos de conducta, habilidades de autorregulación del comportamiento y de tolerancia a la frustración.
Metodología	Participativa en dinámica de pequeños grupos y puesta en común en gran grupo
Tiempo previsto	40 min
Resumir lo aprendido	incitando a la reflexión
Recursos	Ficha "Recordar lo que he aprendido"/Sesión 4
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>El coordinador indicó a los participantes que identifiquen y escriban tres aspectos que más les interesaron en lo tratado en la sesión, y también que identifiquen y escriban los tres aspectos tratados en la sesión que les parecen más difíciles de poner en práctica.</p> <p>Cuando terminaron entregaron la ficha al coordinador para que él pudiera conocer mejor las inquietudes del grupo y pudiera reforzar en las siguientes sesiones los aspectos que observe que más le interesan.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> Promover que los participantes recuerden lo trabajado en la sesión, lo practiquen, dediquen un tiempo a reflexionar sobre ello hasta la sesión siguiente, identifiquen dudas y hagan más consciente su estilo educativo con sus hijos. Ayudar al coordinador en la siguiente sesión a reforzar ideas y aclarar que los padres y madres hayan identificado sobre lo tratado en la sesión actual.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los asistentes.
Tiempo previsto	5 minutos
Cierre de la sesión	
Recursos	Identificadores personales
Indicaciones para el coordinador de la sesión	Antes de abandonar la sala, el coordinador pidió a los participantes que le entregaran los identificadores personales para tenerlos disponibles en la siguiente sesión. Finalmente les agradeció su presencia en la sesión y les recordó la fecha programada para la siguiente sesión.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> Mostrar a los padres y madres que se valora su participación en la sesión Generar en los padres y madres la expectativa de participación en la próxima sesión
Tiempo previsto	5 minutos

Anexo 15: Ficha “Método Ganar-Ganar”

EL MÉTODO “GANAR-GANAR” PARA LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y LA NEGOCIACIÓN

- A través de los procesos de negociación, los padres, madres e hijos pueden llegar a acuerdos para solucionar problemas entre ellos.
- Los procesos de negociación tienen éxito cuando las partes llegan a un acuerdo que beneficia a todas ellas.
- Al negociar, las partes obtienen más de lo que habrían podido tener enfrentándose entre sí, aunque no obtengan todo lo que inicialmente querían.
- Se trata de llegar a situaciones de “ganar-ganar” en que todos ganan algo, en vez de situaciones de “ganar-perder” en que una parte gana y la otra pierde.
- En los procesos de negociación se necesita utilizar adecuadamente las habilidades emocionales y de comunicación. Es importante:
 - Mostrarse tranquilos.
 - Evitar decir “tú tienes que, tú deberías, tú debes”
 - Ser respetuosos y confiar en el otro.

PASOS A SEGUIR PARA NEGOCIAR:

1. Identificar el problema entre las partes (padres y madres e hijos).
2. Proponer soluciones por las partes y elegir una que sea adecuada para todas ellas.
3. Decidir qué va a hacer cada parte para poner en práctica esa solución y proponer las consecuencias que se aplicarán si alguna de las partes no cumple lo acordado. Estas consecuencias deben ser proporcionadas y lógicas con la situación que se está tratando.
4. Poner en práctica la solución y analizar si funciona. A veces puede ser necesario hacer algunos ajustes en los acuerdos que se han tomado.

Cuando los procesos de negociación no funcionan puede ser por alguna de las siguientes causas:

- Cumplir sólo a veces lo que se ha acordado o aplicar las consecuencias sólo a veces.
- Sentir lástima de la otra parte.
- Estar demasiado preocupado por lo que piensen los demás.
- Hablar demasiado.
- Escoger un momento inapropiado.
- Sentir y transmitir hostilidad.
- Tener motivos ocultos.
- Hacer de detective para controlar al otro.
- No confiar en el otro.

Anexo 16: Ficha “Caso para aplicar el método Ganar-Ganar”

CASO PARA APLICAR EL MÉTODO “GANAR-GANAR” EN LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y LA NEGOCIACIÓN

En el siguiente ejemplo, el padre de Juan (15 años) llama la atención a su hijo porque pasa mucho tiempo hablando por el teléfono fijo de casa, lo que impide que otros miembros de la familia puedan hablar también o recibir llamadas y, además, la factura de gastos que llega últimamente es excesiva.

Padre: ¡Juan, deja ya de hablar por teléfono y ven a comer. No haces más que hablar y hablar y si quiere llamarnos alguien no nos enteramos. Además, se dispara la factura!

Juan (llega a la mesa): ¡Qué exagerado! ¡No veo que esté tanto tiempo hablando por teléfono!

Padre: Parece que te hace gracia lo que digo. Pues no tiene ninguna gracia.

Juan: Bueno, ¡Es que parece que a ti te molesta que hable con mis amigos!

Padre: ¡¿Ah sí?! Lo que me molesta es que estés colgado todo el día del teléfono y luego tenga que pagar yo la cuenta.

Juan: Pues tú también hablas mucho por teléfono.

Padre: ¡Lo que me faltaba, que no pudiera yo utilizar el teléfono!. ¡Anda deja de decir bobadas antes de que me caliente.....!

Juan (murmurando): ¡Bah, qué asco! ¡Siempre igual, siempre tiene que ser lo que él diga.....!

Anexo 17: Ficha “Caso resuelto para aplicar el método Ganar-Ganar”

CASO RESUELTO CON EL MÉTODO “GANAR-GANAR” EN LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS Y LA NEGOCIACIÓN

En el siguiente ejemplo, el padre de Juan (15 años) llama la atención a su hijo porque pasa mucho tiempo hablando por el teléfono fijo de casa, lo que impide que otros miembros de la familia puedan hablar también o recibir llamadas y, además, la factura de gastos que llega últimamente es excesiva.

Padre: Juan, quiero hablar contigo. Estoy molesto porque pasas mucho rato hablando por teléfono y cuando necesito utilizarlo yo está ocupado; además, hay veces que espero llamadas de otras personas y no pueden comunicarse conmigo. (Paso 1: Identificar y definir claramente el problema que existe entre las partes, padre e hijo) + (Mensaje-yo).

Juan: ¡Qué exagerado! ¡No veo que esté tanto tiempo hablando por teléfono!

Padre: Parece que te molesta que te diga esto (Escucha activa).

Juan: Bueno, ¡Es que parece que a ti te molesta que hable con mis amigos!

Padre: ¿Crees que te estoy diciendo que no uses el teléfono? No es eso. Estoy intentando encontrar la forma en que todos podamos usarlo cuando lo necesitemos (Escucha activa).

Juan: Pues a veces tú estás con el teléfono cuando yo quiero usarlo.

Padre: Vale. Me imagino que a veces también hablo demasiado, y tendré que controlarlo. ¿Te parece que busquemos una solución entre los dos? (Paso 2: Proponer soluciones por ambas partes, padre e hijo).

Juan: No sé..... Bueno, vale.

Padre: ¿Qué te parece si proponemos algunas ideas cada uno? Vamos a buscar todas las soluciones que se nos ocurran, sin importar lo raras que parezcan y sin criticarlas. ¿Estás de acuerdo? (Juan acepta) ¿Qué se te ocurre?

Juan: Podrías aumentar el saldo de mi móvil y así podría hablar por él sin tener que usar el teléfono fijo de casa.

Padre: Es una idea. La anotamos. ¿Qué más podríamos hacer?

Juan: No se me ocurre nada más.

Padre: Podríamos limitarnos a cinco minutos por llamada.

Juan: ¡Hombre, eso no!

Padre: Creo que dijimos que íbamos a anotar las ideas en este momento y comentarlas después.

Juan: Bueno... pero ¿por qué no fijamos unas horas para que cada uno use el teléfono? Menos

cuando recibamos una llamada, ¡claro!

Padre: Vale, la anotaré con las otras dos ideas. ¿Qué más?

Juan: No tengo más ideas.

Padre: Entonces vamos a ver las que tenemos.

Juan y su padre analizan las tres ideas (**Paso 2: Proponer soluciones por ambas partes y elegir una que sea adecuada para todas las partes**).

(Paso 3. Decidir qué va a hacer cada parte para poner en práctica esta solución y proponer las consecuencias que se aplicarán si alguna de las partes no cumple lo acordado. Estas consecuencias deben ser proporcionadas y lógicas con la situación que está tratando).

- **Idea 1:** Juan quiere que le aumenten el saldo de su teléfono móvil; su padre está de acuerdo si él ayuda a pagarlo con su propina porque el presupuesto familiar es limitado. Esto es una consecuencia lógica y proporcionada a la propuesta de Juan. Él no está totalmente de acuerdo con esto, pero en el fondo entiende la postura de su padre.
- **Idea 2:** Juan no quiere limitar el tiempo de las llamadas.
- **Idea 3:** Tanto Juan como su padre están de acuerdo en que podrían asignarse determinadas horas a cada uno para usar el teléfono.

Padre: Tenemos dos ideas en las que parece que estamos de acuerdo: aumentarte el saldo del móvil si tú ayudas a pagarlo con la propina y asignar horas para el uso del teléfono fijo. ¿Cuál queremos?

Juan: Yo quiero que aumentes el saldo de mi móvil para poder usarlo cuando yo quiera.

Juan y su padre acuerdan que aumentarán un poco el saldo del móvil de Juan. Cuando Juan necesite hablar más tiempo del que es posible con ese saldo, y utilice el teléfono fijo, se le descontará el importe de las llamadas de su propina (**Paso 3. Decidir qué va a hacer cada parte para poner en práctica esta solución y proponer las consecuencias que se aplicarán si alguna de las partes no cumple lo acordado. Estas consecuencias deben ser proporcionadas y lógicas con la situación que se está tratando**).

Deciden también que probarán cómo funciona esta solución durante dos semanas y en ese momento volverán a hablar del tema (**Paso 4. Poner en práctica la solución y analizar si funciona. A veces puede ser necesario hacer algunos ajustes en los acuerdos que se han tomado**).

A veces, el proceso de negociación puede interrumpirse antes de llegar a un acuerdo si no aparece una solución válida en ese momento para ambas partes. Si esto sucede, puede que las partes decidan volver a intentarlo en otro momento desde el **Paso 2, proponiendo nuevas soluciones por ambas partes**. Sin embargo, si el problema necesita resolverse de forma inmediata y todos los esfuerzos que se han hecho para intentarlo de mutuo acuerdo no logran resultados porque el hijo no quiere implicarse razonablemente en ello, entonces puede que el padre tenga que tomar la decisión por sí mismo en ese momento. Más adelante quizás pueda volver a ofrecer a su hijo una nueva oportunidad de discutir el problema. Podría expresarlo de la siguiente forma:

«Parece que ahora no podemos encontrar una solución razonable que nos guste a los dos, así que yo decidiré de momento. A lo mejor podemos volver a hablar sobre esto en unos días para ver si estamos más dispuestos a ponernos de acuerdo».

En ocasiones puede ocurrir que el hijo se niegue totalmente a negociar. También en este caso puede que el padre tenga que tomar la decisión, pero le habrá dado ya al hijo la oportunidad de expresarse aunque no la quiera aceptar, y él sabrá que ese es un gesto de respeto por parte de su padre, aunque no lo quiera reconocer ante él. Por tanto, la decisión que tome el padre no podrá ser entendida como una imposición.

Anexo 18: Ficha “Identificación de casos propios para aplicar el método Ganar-Ganar”.

Identificación de casos propios para aplicar el método Ganar- Ganar

Pon tu ejemplo propio: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Ejemplo caso de tu compañero: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Ejemplo caso de tu compañero: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Ejemplo caso de tu compañero: Escribir el problema que podría resolverse aplicando este método

Anexo 19: Ficha “Ejemplo de consecuencias coherentes”

EJEMPLOS DE CONSECUENCIAS COHERENTES

CASO ANITA:

Límites y consecuencias coherentes con niños de 3-5 años

Anita, de 4 años, y su madre han llegado al parque al que suelen ir otras veces. La madre se ha sentado en un banco y empieza a mirar una revista. Anita se va a montar en el columpio y luego se aleja hasta un lugar en que su madre apenas puede verla.

Madre (gritando): ¡Anita, no te vayas tan lejos! ¡Ven acá!

Anita no hace caso y sigue donde está.

Madre (gritando más fuerte):

¡Anita, qué te he dicho! ¡Ven acá o nos vamos a casa!

Anita se acerca un poco al lugar donde está su madre. La madre sigue mirando la revista y Anita vuelve a alejarse más allá. La madre no se da cuenta hasta un tiempo después.

Madre (gritando): ¡Anita, qué haces allí! ¡Ven aquí ahora mismo!

Anita no hace caso. La madre sigue entretenida con la revista y deja que la niña se quede donde está.

CASO RESUELTO ANITA:

Límites y consecuencias coherentes con niños de 3-5 años

Anita, de 4 años, y su madre han llegado al parque al que suelen ir otras veces. Anita quiere ir ya a montar en el columpio, pero antes su madre le dice con tranquilidad:

Madre: Anita, puedes jugar en el parque todo lo que quieras, pero sin alejarte de donde está el columpio para que yo pueda verte y no tenga que preocuparme (*establecimiento de normas y límites + mensaje-yo*). Si te alejas de donde está el columpio nos tendremos que ir a casa, así que tienes que elegir entre no alejarte o irnos a casa ¿De acuerdo? (*establecimiento de consecuencias coherentes*). ¿Has entendido lo que he dicho? Repítemelo para que vea que me has entendido.

Anita: Que no me vaya de donde está el columpio

Madre: ¿Y por qué?

Anita: Para que puedas verme y no te preocupes.

Madre: ¿Y qué pasará si te alejas?

Anita: Que nos vamos a casa

Madre: De acuerdo. Ya puedes ir a jugar.

Anita corre a montar en el columpio y la madre comienza a mirar una revista. Al cabo de un rato se da cuenta de que la niña se ha alejado del lugar que le había dicho. Se levanta, va hasta donde está Anita, le da la mano y le dice con tranquilidad mirándole a los ojos:

Madre: Anita, mamá te dijo que podías jugar en el parque, pero sin alejarte de donde está el columpio para que pudiera verte y no tuviera que preocuparme (*normas y límites + mensaje-yo*). Y tenías que elegir entre no alejarte o irnos a casa (*consecuencias*). Como has elegido alejarte, nos vamos a casa (*aplicación de las consecuencias*).

Anita no quiere irse y mientras caminan, la niña insiste en que la deje jugar un rato más porque no se va a volver a alejar.

Madre: ¿Estás segura de que no te vas a volver a alejar?

Anita: Sí.

Madre: De acuerdo, voy a confiar en lo que dices. Pero si vuelves a alejarte nos iremos a casa (*flexibilidad en la aplicación de las consecuencias*).

La niña corre a jugar y a montarse en el columpio, y la madre vuelve a mirar la revista. Al rato observa que la niña ha vuelto a alejarse del lugar acordado. Recoge sus cosas, se levanta, va al lugar donde está Anita, le coge tranquilamente de la mano y le dice mirándole a los ojos:

Madre: Anita, tenemos que irnos a casa ya porque no has hecho lo que habíamos acordado.

Anita no quiere irse.

Madre: Anita, mamá te dijo que tenías que elegir entre no alejarte o irnos a casa. Has elegido alejarte otra vez, así que ahora tenemos que irnos a casa (*aplicación de las consecuencias*).

Anexo 20: Ficha “Identificación de casos propios para establecer y aplicar consecuencias coherentes con los hijos”

Identificación de casos propios para la aplicación de consecuencias coherentes con los hijos

Ejemplo propio:

1. Describir un comportamiento inadecuado del hijo y su edad:
2. Describir qué suele hacer la madre/padre ante ese comportamiento inadecuado del hijo:
3. Identificar las consecuencias coherentes que se podrían aplicar a este caso para facilitar que el hijo pueda aprender a regular su propio comportamiento.

Ejemplo caso 1:

1. Describir un comportamiento inadecuado del hijo y su edad:
2. Describir qué suele hacer la madre/padre ante ese comportamiento inadecuado del hijo:
3. Identificar las consecuencias coherentes que se podrían aplicar a este caso para facilitar que el hijo pueda aprender a regular su propio comportamiento.

RECUERDA LO QUE HAS APRENDIDO EN ESTA SESIÓN

Escribe tres cosas que te hayan **resultado nuevas o interesantes** en esta sesión:

1.

2.

3.

Escribe tres cosas sobre lo que hemos tratado en esta sesión que te **resultan difíciles** cuando las pones en práctica:

1.

2.

3.

Anexo 22: sesión 5 Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales

Sesión 5: Comunicación activa empática y expresión de sentimientos	
Preparación de la sala de trabajo	
Recursos	Sillas para los participantes, mesa para depositar los materiales, rotuladores de colores y/o bolígrafos, folios, papelógrafo y fichas de la correspondiente sesión. Pizarra y tizas.
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de iniciar la sesión colocamos las mesas de forma que todos los participantes pudieran observar correctamente las diapositivas y del mismo modo pudieran verse entre ellos, es decir, en forma de U.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar que las personas ocupen en la sala un lugar que permita el contacto visual y reconocimiento mutuo • Promover un clima de participación e interacción entre los participantes.
Tiempo previsto	El necesario antes de que los participantes lleguen a la sala
Bienvenida a los participantes	
Recursos	-----
Indicaciones del coordinador de la sesión	Una vez que los participantes fueron llegando a la sala de trabajo, el coordinador les indicó que recogieran sus identificadores personales situados encima de la mesa. Cuando se sentaron, el coordinador saludó al grupo y les dio la bienvenida y agradeció su participación.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir a los padres y madres que se valora su presencia en la sesión y que se reconoce su interés por asistir. • Generar un clima de acogida y de confianza que facilite la participación activa y el desarrollo de la sesión
Metodología	Expositiva por parte del coordinador
Tiempo previsto	5 minutos
Repaso de lo tratado en las sesiones anteriores e identificación de dificultades percibidas en el desempeño del rol parental	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Recordar lo que he aprendido”/Sesión 1 /Sesión 2 /Sesión 3 / Sesión 4 * Pizarra y tizas de colores
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de introducir nuevos conocimientos, el coordinador invitó a los padres y madres a recordar las ideas fundamentales tratadas en las sesiones anteriores. Para ello leyó algunas de las anotaciones que los padres hicieron en la ficha “Recordar lo que aprendido”/Sesión 1 /Sesión 2 /Sesión 3/ Sesión 4 entregada al final de la sesión anterior. Con la información que el grupo recuerde, el coordinador irá anotando en la pizarra y relacionando con las tizas de colores, los aspectos que se vayan comentado, destacando las ideas que hayan quedado claras y las que conviene aclarar.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a recordar las ideas tratadas en las sesiones anteriores. • Identificar aspectos que quedaron bien asimilados en la sesión anterior y otros que necesitan profundización. • Identificar el grado de coincidencia con que los padres y madres participantes priorizan ciertas ideas y dudas sobre su rol parental asociadas a los aspectos tratados en las sesiones anteriores.

Metodología	Participativa en grupo
Tiempo previsto	10 min
Introducción de contenidos	
Recursos	-----
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>En primer lugar, el coordinador reveló la dinámica de esta sesión y como iba a ser dirigida. Después, el coordinador preguntó a los participantes si habían llevado a cabo las actividades de la sesión anterior, cómo había beneficiado en el ámbito familiar y si habían notado cambios en determinadas situaciones.</p> <p>A continuación se les explicó que cotidianamente los padres y madres la importancia de la comunicación asertiva así como las ideas básicas sobre los componentes y procesos que la componen:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) características de las personas que entran en interacción 2) mensaje y su contenido 3) códigos y canales de comunicación: verbal, gestual y para verbal 4) contexto en el que se produce la comunicación 5) ruidos y filtros subjetivos que producen una inadecuada comunicación <p>Finalmente, resaltó la importancia de estar atentos a los sentimientos y emociones con que las personas comunican sus mensajes, dado que ello informa de cómo se sienten ante una circunstancia. Haciendo especial hincapié en la importancia de saber escuchar, identificar el problema y poner nombre a los sentimientos que se manifiestan, y esta comprensión, a su vez, facilita el desarrollo de la empatía de los padres hacia los hijos y viceversa.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a comprender cómo funciona el proceso de comunicación asertiva con los hijos, los elementos que intervienen en el mismo y los factores que condicionan su calidad. • Facilitar que los padres y madres comprendan la relación que existe entre la actitud de escuchar y el desarrollo de la empatía y el respeto mutuo. • Propiciar que los padres y madres reflexionen sobre el modo y calidad con que se produce la comunicación cotidiana con sus hijos e identifiquen elementos que requieran revisión y cambio. • Promover que los padres y madres sean conscientes del valor que tiene reconocer y respetar las emociones y sentimientos de sus hijos para construir una relación de confianza con ellos. • Ayudar a los padres y madres a destacar el valor de la escucha activa como estrategia tanto para desarrollar procesos de comunicación adecuados con sus hijos como los valores y competencias emocionales de autoestima, respeto mutuo y tolerancia a la frustración. • Facilitar que los padres y madres distingan con claridad que escuchar y comprender a sus hijos no significa necesariamente estar de acuerdo con ellos ni ceder a sus demandas. • Hacer conscientes a los padres y madres del gran valor de la empatía
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los padres.
Tiempo previsto	20 minutos

Desarrollo de las habilidades parentales	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Dibujos de caras que expresan sentimientos” * Ficha “Mensajes que no utilizan y mensajes que sí utilizan la escucha activa” * Papelógrafo, folios y rotuladores de colores
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>Tras la introducción temática anterior, el coordinador pidió a los participantes que formarían grupos pequeños con aquellas personas que no han formado grupo en sesiones anteriores y les repartió la ficha “Dibujos de caras que expresan sentimientos”. Posteriormente, pidió que observaran las caras que se les mostraban y anotarán debajo de cada cara aquellos que les parecía que expresara. Dejó unos 10 minutos para realizar la actividad.</p> <p>Una vez realizada, comentaron en gran grupo que sentimientos y emociones identificaban y que soluciones habían propuesto, seguidamente el coordinador repartió la ficha “Mensajes que no utilizan y mensajes que si utilizan la escucha activa”, la leyeron en pequeño grupo y comentaron aquellos mensajes que les parecía que escuchaban activamente al interlocutor y aquellos que además mostraban empatía por sus circunstancias. Dejó unos 10 minutos para realizar la actividad.</p> <p>Transcurrido el tiempo de trabajo, se comentaron en gran grupo las situaciones y las respuestas alternativas que se habían propuesto. El coordinador apunto todas las conclusiones y resoluciones en el paelógrafo.</p> <p>Finalmente les propuso comentar en pequeño grupo circunstancias que les preocuparan en cuanto a la relación con sus hijos y que intentaran realizar la actividad de comunicación activa, empatizando con el interlocutor y intentando aplicar con él el “Método de exploración de alternativas” trabajado anteriormente en otra sesión. Dejó 20 minutos para la realización.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • 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 cotidiano que no resultan eficaces para fomentar la empatía, la comunicación y el respeto mutuo entre padres y madres e hijos. • Propiciar que los padres y madres puedan sentir en primera persona los efectos bloqueadores de la comunicación que tienen ciertos mensajes que se transmiten de manera cotidiana en las relaciones entre padres y madres e hijos. • Promover que los padres y madres practiquen con habilidad y eficacia el lenguaje de la escucha activa con sus hijos, de modo que ayude a éstos a sentirse valorados, aceptados y respetados por sus padres y madres y fomente así su autoestima y asertividad. • Promover que los padres y madres actúen como modelo positivo de comportamiento para que, a través de la imitación de conductas y del aprendizaje observacional, sus hijos desarrollen progresivamente habilidades para el empleo de la escucha activa que contribuyan a generar empatía entre ellos y una convivencia positiva en la familia. • Facilitar que los padres y madres desarrollen habilidades de

	empatía y respeto hacia sus hijos utilizando el lenguaje de la escucha activa.
Metodología	Participativa en dinámica de pequeños grupos y puesta en común en gran grupo
Tiempo previsto	40 min
Resumir lo aprendido	incitando a la reflexión
Recursos	Ficha "Recordar lo que he aprendido"/Sesión 5
Indicaciones del coordinador de la sesión	El coordinador indicó a los participantes que identifiquen y escriban tres aspectos que más les interesaron en lo tratado en la sesión, y también que identifiquen y escriban los tres aspectos tratados en la sesión que les parecen más difíciles de poner en práctica. Cuando terminaron entregaron la ficha al coordinador para que él pudiera conocer mejor las inquietudes del grupo y pudiera reforzar en las siguientes sesiones los aspectos que observe que más le interesan.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Promover que los participantes recuerden lo trabajado en la sesión, lo practiquen, dediquen un tiempo a reflexionar sobre ello hasta la sesión siguiente, identifiquen dudas y hagan más consciente su estilo educativo con sus hijos. • Ayudar al coordinador en la siguiente sesión a reforzar ideas y aclarar que los padres y madres hayan identificado sobre lo tratado en la sesión actual.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los asistentes.
Tiempo previsto	5 minutos
Cierre de la sesión	
Recursos	Identificadores personales
Indicaciones para el coordinador de la sesión	Antes de abandonar la sala, el coordinador pidió a los participantes que le entregaran los identificadores personales para tenerlos disponibles en la siguiente sesión. Finalmente les agradeció su presencia en la sesión y les recordó la fecha programada para la siguiente sesión.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Mostrar a los padres y madres que se valora su participación en la sesión • Generar en los padres y madres la expectativa de participación en la próxima sesión
Tiempo previsto	5 minutos

Anexo 23: Ficha “Dibujos de caras que expresan sentimientos”

VOCABULARIO QUE EXPRESA SENTIMIENTOS

Anotar al lado de las figuras que siguen a continuación palabras que expresen sentimientos agradables y desagradables

16. 	17. 	18. 	19. 	20. 
21. 	22. 	23. 	24. 	25. 
26. 	27. 	28. 	29. 	30. 

¿CÓMO TE SIENTES HOY?

 rabios@	 apenad@	 cautelos@	 cómod@	 deprimid@
 agobiad@	 esperanzad@	 solitari @	 enamorad@	 celos@
 aburrid@	 sorprendid@	 ansios@	 pasmad@	 timid@

Anexo 24: Ficha “Mensajes que no utilizan y mensajes que sí utilizan la escucha activa”

MENSAJES QUE NO UTILIZAN Y QUE SÍ UTILIZAN LA ESCUCHA ACTIVA

Suponga que usted acaba de tener un conflicto con una persona. ¡Usted está muy molesto/a! Quiere comentárselo a alguien; encuentra a un amigo y le dice los comentarios que aparecen a continuación. ¿Cómo se sentiría si su amigo le respondiera con alguna de estas frases? ¿Le ayudaría a sentirse comprendido/a y a tranquilizarse?

1. Comentario: «¡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 tí.

Respuesta 1c.

Completar con otra frase de escucha activa:.....

2. Comentario: “¡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. Comentario: “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:.....

RECUERDA LO QUE HAS APRENDIDO EN ESTA SESIÓN

Escribe tres cosas que te hayan **resultado nuevas o interesantes** en esta sesión:

1.

2.

3.

Escribe tres cosas sobre lo que hemos tratado en esta sesión que te **resultan difíciles** cuando las pones en práctica:

1.

2.

3.

Anexo 26: sesión 6 Escuela de padres en el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales

Sesión 6: Un clima adecuado, tranquilo y seguro	
Preparación de la sala de trabajo	
Recursos	Sillas para los participantes, mesa para depositar los materiales, rotuladores de colores y/o bolígrafos, folios, papelógrafo y fichas de la correspondiente sesión. Pizarra y tizas.
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de iniciar la sesión colocamos las mesas de forma que todos los participantes pudieran observar correctamente las diapositivas y del mismo modo pudieran verse entre ellos, es decir, en forma de U.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar que las personas ocupen en la sala un lugar que permita el contacto visual y reconocimiento mutuo • Promover un clima de participación e interacción entre los participantes.
Tiempo previsto	El necesario antes de que los participantes lleguen a la sala
Bienvenida a los participantes	
Recursos	-----
Indicaciones del coordinador de la sesión	Una vez que los participantes fueron llegando a la sala de trabajo, el coordinador les indicó que recogieran sus identificadores personales situados encima de la mesa. Cuando se sentaron, el coordinador saludó al grupo y les dio la bienvenida y agradeció su participación.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Transmitir a los padres y madres que se valora su presencia en la sesión y que se reconoce su interés por asistir. • Generar un clima de acogida y de confianza que facilite la participación activa y el desarrollo de la sesión
Metodología	Expositiva por parte del coordinador
Tiempo previsto	5 minutos
Repaso de lo tratado en las sesiones anteriores e identificación de dificultades percibidas en el desempeño del rol parental	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ficha “Recordar lo que he aprendido”/Sesión 1 /Sesión 2 /Sesión 3 / Sesión 4/ Sesión 5 * Pizarra y tizas de colores
Indicaciones del coordinador de la sesión	Antes de introducir nuevos conocimientos, el coordinador invitó a los padres y madres a recordar las ideas fundamentales tratadas en las sesiones anteriores. Para ello leyó algunas de las anotaciones que los padres hicieron en la ficha “Recordar lo que aprendido”/Sesión 1 /Sesión 2 /Sesión 3/ Sesión 4/ Sesión 5 entregada al final de la sesión anterior. Con la información que el grupo recuerde, el coordinador irá anotando en la pizarra y relacionando con las tizas de colores, los aspectos que se vayan comentado, destacando las ideas que hayan quedado claras y las que conviene aclarar.
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar a los padres y madres a recordar las ideas tratadas en las sesiones anteriores. • Identificar aspectos que quedaron bien asimilados en la sesión anterior y otros que necesitan profundización. • Identificar el grado de coincidencia con que los padres y madres participantes priorizan ciertas ideas y dudas sobre su rol parental asociadas a los aspectos tratados en las sesiones anteriores.

Metodología	Participativa en grupo
Tiempo previsto	10 min
Introducción de contenidos y de la actividad de evaluación	
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> * Ordenador con proyector * “Crisol y su estrella” de Begoña Ibarrola * Ficha “Cuestionario de evaluación final de competencias parentales” * Ficha “Cuestionario de evaluación del programa”
Indicaciones del coordinador de la sesión	<p>Esta sesión cuenta de dos bloques,</p> <p>En primer lugar, se hablará de la importancia de crear un ambiente en el que el niño se sienta acogido, que potencie su autoestima y donde los adultos le ayuden a resolver sus problemas pero dándole cierta autonomía y donde se sienta un miembro más. Para ello, es importante favorecer las emociones positivas en casa, pasando tiempo juntos, realizando tareas o jugando, además de reconocer fortalezas y felicitar los logros y esfuerzos. También, se mostró el cuento de “Crisol y su estrella” para que se lo contarán a sus hijos y de esta forma les animen a confiar en ellos mismos.</p> <p>En segundo lugar, el coordinador comento con los participantes que para analizar los procesos y resultados del programa para que comenten sus opiniones sobre el grado de utilidad que le han encontrado y ofrezcan recomendaciones.</p> <p>Para ello se aplicaron dos cuestionarios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ El primero es similar a la primera cuestión con el fin de valorar en que grado han aprendido y desarrollado sus habilidades. También permitirá comparan las respuestas que se emitan al final de programa con las del cuestionario inicial. ○ El segundo cuestionario se aplicara sobre una valoración final del programa en su conjunto y ayudara identificar los aspectos que no han funcionado adecuadamente y aquellos que necesitan una mejora. <p>Se comentó que tras cubrir ambos cuestionarios de manera individual, se hará una puesta en común sobre sus reflexiones relativas al programa para contrastar opiniones; ya que es el cuestionario las respuestas son muy breves. El coordinador apuntará todas ellas en el papelógrafo.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> • Promover en los padres y madres la reflexión sobre la importancia de un ambiente tranquilo y seguro. • Propiciar que los padres y madres reflexionen sobre sus prácticas cotidianas para la realización de un ambiente de confianza. • Ayudar a los padres y madres a identificar las competencias intelectuales, personales, emocionales y sociales que pueden desarrollar tanto ellos mismos como sus hijos al poner en práctica métodos de resolución positiva de conflictos. • Ayudar a los padres y madres a reflexionar sobre la importancia de un ambiente tranquilo, seguro y de confianza. • Propiciar que los padres y madres reflexionen individualmente sobre los conocimientos y competencias que han adquirido a lo largo de las sesiones del programa. • Facilitar que los padres y madres hagan conscientes sus competencias parentales e identifiquen las dificultades que

	<p>encuentran al desarrollar su rol parental.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Propiciar que los padres y madres identifiquen y hagan conscientes sus necesidades de seguir formándose en el desarrollo de competencias parentales. • Facilitar que los padres y madres hagan consciente y recuerden las diversas temáticas, tareas y metodología llevadas a cabo durante el desarrollo del programa, así como el clima de relación conseguido. • Promover que los padres y madres perciban que sus aportaciones y valoraciones sobre del programa son tenidas en cuenta para efectuar mejoras en el mismo. • Identificar puntos fuertes y limitaciones del programa a través de la perspectiva y experiencia de sus participantes.
Metodología	Expositiva por parte del coordinador con posible intervención de los padres.
Tiempo previsto	20 minutos
Despedida y cierre de la sesión	
Indicaciones para el coordinador de la sesión	Una vez terminado el debate sobre el programa, el coordinador realizó una conclusión general sobre todo lo trabajado durante las sesiones del mismo. Agradecerá, nuevamente, su participación en el mismo, así como sus contribuciones y aportaciones a la dinámica de las sesiones, animando a los participantes a que sigan en contacto entre sí y que formen parte de programas semejantes. Finalmente, se despidió de ellos hasta, quizás, una próxima ocasión.
Tiempo previsto	10 minutos

Anexo 27: Ficha “Cuestionario de evaluación final de competencias parentales”

Cuestionario de evaluación inicial de competencias parentales

Este cuestionario tiene como objetivo identificar las preocupaciones de los padres y madres al educar a sus hijos e hijas y sus habilidades parentales. Por ello es importante que expresas con sinceridad tu opinión sobre los temas que aparecen a continuación. **Gracias por tu colaboración.**

Información socio-demográfica

Sexo: 1) Mujer 2) Varón

Estudios cursados: 1) Primario 2)FP/Bachiller 3) Universidad 4)Otros: _____

Edad: (1) Entre 24-29 años (2) Entre 30-35 años (3) 36-41 (4) 42-47 (5) 48-53 (6) 54-59 (7) 60-65 (8) 66-71

Situación familiar:

1. Estado civil:

1.1) Casado/a 1.2) Soltero/a 1.3) Separado/a 1.4) Divorciado/a 1.5)Viudo/a 1.6)Pareja de hecho

2. Tipo de familia:

2.1. Viven los dos padres con los hijos de ambos: *Familia nuclear*

2.2. Viven los dos padres, cada uno incluye a los hijos que tuvieron en su otra familia: *Familia binuclear*

2.3. Vive solo el padre o solo la madre con los hijos: *Familia monoparental.*

2.4. Vive con una nueva pareja y con los hijos de ambos: *Familia reconstituida*

2.5. Otra situación familiar. Comentar _____

3. Señalar una de las siguientes opciones

3.1. Vive con su familia: padre/madre e hijos 3.2. Vive compartiendo casa con otros familiares

4. Número de hijos: _____ **5. Edades de los hijos:** _____

Tiene trabajo pagado que realiza fuera de casa: SÍ ____ NO _____

Situación laboral:

1) Funcionario. Señalar actividad profesional: _____

2) Personal laboral: Señalar actividad profesional: _____

3) Personal contratado. Señalar actividad profesional: _____

4) Trabajo en empresa privada. Señalar actividad profesional: _____

5) Estatutario. Señalar actividad profesional: _____

6) Desempleo

7) Pensionista

8) Otra situación laboral. Indicar en qué consiste: _____

Cuestiones

1. ¿Se han cumplido las expectativas iniciales que tenías con relación a esta actividad, o esperabas algo diferente?

2. ¿Indica dos cosas importantes que hayas aprendido a lo largo de estos días?

Por favor valora con 1 -(TD)-Total Desacuerdo, 2-(D)- Desacuerdo, 3 -(A)- De acuerdo y 4 -(TA)- Total Acuerdo. Cada una de las siguientes afirmaciones:

VALORACIÓN → 1 -(TD)-Total Desacuerdo, 2-(D)- Desacuerdo, 3 -(A)- De acuerdo y 4 -(TA)- Total Acuerdo	1 TD	2 D	3 A	4 TA
1. Tengo información adecuada sobre cómo relajarme y controlar mis emociones				
2. En el día a día se relajarme y controlarme				
3. Cuando otras personas intentan imponerse a mí, lo mejor es imponerse también para solucionar la situación				
4. Cuando me enfado suelo expresar mis emociones de forma "explosiva"				
5. Comento con frecuencia con las otras personas las características positivas que veo en ellas				
6. Considero que la mayoría de las personas tiene capacidad para saber tomar sus propias decisiones				
7. Cuando surgen conflictos con las personas lo mejor es hablar con ellas para encontrar entre todos la mejor solución				
8. Cuando las otras personas no cumplen con sus obligaciones me mantengo firme para que asuman su responsabilidad				
9. Cuando algo no sale como deseo procuro ver el punto positivo				
10. Conviene expresar nuestros propios sentimientos ante los demás cuando nos surjan problemas con ellos				
11. Tengo información adecuada sobre cómo decir las cosas para evitar ofender				
12. Me preocupa mucho lo que los demás piensen de mí o sobre cómo actúo				
13. Tengo buena opinión de mí mismo/a				
14. Tengo información adecuada sobre cómo llegar a acuerdos con las personas para solucionar problemas				
15. En el día a día encuentro pocas oportunidades para hacer lo que más me relaja y satisface				
16. Cuando alguien tiene un problema suelo implicarme más de la cuenta para solucionarlo				

VALORACIÓN → 1 -(TD)-Total Desacuerdo, 2-(D)- Desacuerdo, 3 -(A)- De acuerdo y 4 - (TA)- Total Acuerdo	1 TD	2 D	3 A	4 TA
1. Me cuesta entender el comportamiento de mis hijos				
2. Me siento capaz de desarrollar con mis hijos mi función de madre/padre				
3. Tengo poca paciencia con mis hijos				
4. Los problemas que me plantean mis hijos son diferentes a los de otros padres/madres				
5. Cuando mis hijos se portan mal, no soy capaz de hablar con ellos sin perder el control				
6. En el día a día suelo decirles a mis hijos lo positivo que veo en ellos				
7. Cuando mis hijos hacen algo mal o tienen un mal comportamiento, les digo que son torpes, desobedientes, o algo similar para que se corrijan				
8. Cuando mis hijos no se portan bien es porque necesitan que les atienda más				
9. Cuando mis hijos intentan salirse con la suya para conseguir algo, yo me impongo más para controlar la situación				
10. Cuando mis hijos no hacen las tareas que les corresponden acabo haciéndoselas yo para que no queden sin hacer				
11. Cuando surge un conflicto con mis hijos les digo lo que hay que hacer y se termina el problema				
12. Cuando mis hijos no hacen las tareas que les corresponden, saben que tienen que asumir unas consecuencias o castigos				
13. Cuando algo no sale como deseo con mis hijos procuro ver el punto positivo				
14. Suelo reñir o dar voces a mis hijos cuando hacen o dicen algo que me molesta				
15. Muchas veces acabo no aplicando a mis hijos las consecuencias o castigos que les he dicho que voy a aplicar si no hacen las tareas que les corresponden				
16. Cuando mis hijos me ayudan a hacer algunas tareas, se lo agradezco y les hago ver que le han sido útiles				
17. Tengo información adecuada sobre como controlar y poner límites a los comportamientos de mis hijos				
18. Cuando mis hijos me desobedecen, lo mejor es imponerse para solucionar la situación				

19. Sé relajarme y controlar mis emociones ante mis hijos				
20. Cuando a mis hijos les va mal por su comportamiento o en sus estudios, suelo pensar que estoy fallando al educarlos				
21. Hago ver a mis hijos que son capaces de tomar decisiones aunque sean pequeños				
22. Cuando mis hijos no cumplen sus obligaciones suelo mantenerme firme en cumplir lo que he prometido hacer				
23. Conviene decirles a nuestros hijos cómo nos sentimos con su manera de actuar				
24. En el momento actual tengo información adecuada sobre cómo decir las cosas a mis hijos para evitar ofender				
25. Al educar a mis hijos me preocupa mucho lo que los demás pueden opinar sobre cómo lo hago				
26. Tengo buena opinión de mí mismo/a sobre cómo educo a mis hijos				
27. Tengo información adecuada sobre cómo llegar a acuerdos con mis hijos para solucionar problemas				

Señala el aspecto, en general que más te ha gustado y que menos de lo que hemos trabajado.

Lo que más te ha gustado:



Lo que menos te ha gustado:



¿Quieres hacer alguna sugerencia o concretar alguna de tus respuestas anteriores?

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 28: Ficha “Cuestionario de evaluación final del programa”

Cuestionario de evaluación final del programa

Este cuestionario tiene como objetivo conocer qué aspectos han resultado positivos y qué otros se pueden mejorar en el programa desarrollado sobre Parentalidad Positiva. Por eso es importante que expreses abiertamente tu opinión sobre los temas que aparecen a continuación.

Gracias por tu colaboración

PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

¿Qué piensas de la información inicial que se dio a los padres y madres sobre el programa antes de que comenzara? Fue clara, suficiente Comenta aspectos positivos y otros que podrían haberse mejorado o tenido en cuenta:

POSITIVO:

MEJORAR:

CONTENIDOS DEL PROGRAMA

¿Qué piensas de los temas incluidos en el programa? Comenta lo que te ha gustado y lo que crees que se puede mejorar sobre el contenido tratado.

Cita los dos o tres temas que te han resultado más interesantes o de más ayuda y comenta por qué:

Cita los dos o tres temas que te han resultado más difíciles de llevar a la práctica y comenta por qué:

METODOLOGÍA

¿Qué piensas del modo en que se llevó a cabo el programa? ¿Qué te ha gustado más y menos?

¿Qué opinas de los siguientes aspectos y por qué?:

- * La claridad de la información presentada por el coordinador en cada sesión

- * La utilidad de trabajar en grupos pequeños

- * La utilidad de los resúmenes realizados al inicio de cada sesión. Cómo te han ayudado a poner en práctica lo tratado en cada sesión.....

- * ¿Qué opinas del modo en que ha actuado el coordinador de las sesiones?

Aspectos positivos:

Aspectos a mejorar:

- * ¿Te parece suficiente el tiempo que hemos dedicado a cada sesión y a cada tema? Comenta

RECURSOS

¿Qué piensas de los recursos y fichas con que hemos trabajado? ¿Son claros, atractivos....?

¿Te han ayudado a entender los contenidos y actividades de cada sesión?

¿Te ha resultado cómodo el aula en donde hemos desarrollado el programa?

¿Qué otros recursos distintos a los utilizados podrías sugerir para mejorar el desarrollo del programa?

AMBIENTE SOCIAL

¿Te has sentido alguna vez nerviosa/o en las sesiones? ¿En cuáles? ¿Por qué?

¿Te ha costado hablar en el grupo?

¿Te ha gustado hablar de tus propias experiencias como madre/padre con los otros participantes?

¿Te has sentido bien en el grupo?

CONCLUSIÓN

¿Crees que se han conseguido los objetivos del programa?

¿Cuáles son las tres cosas más importantes que has aprendido en el programa?

¿Qué te ha resultado más agradable? Cita dos cosas que destacarías más.

¿Qué te ha resultado menos agradable? Cita dos cosas que eliminarías o cambiarías

¿Recomendarías a otros padres y madres participar en este programa?

