



Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

Curso 2016/2017

Convocatoria Junio

Modalidad: Diseño de una propuesta de intervención

Título: Programa de entrenamiento para padres de niños con trastorno disocial

Autora: Almudena Soriano Parras

Tutora: Mónica Gazquez Pertusa

ÍNDICE

1. Resumen.....	1
2. Introducción.....	2
2.1. Detección de la necesidad de intervenir.....	2
2.2. Etiología del Trastorno Disocial.....	3
2.3. Intervenciones familiares para reducir la conducta disocial.....	6
3. Método.....	9
3.1. Población diana.....	9
3.2. Temporalización.....	9
3.3. Objetivo general de la intervención.....	9
3.4. Objetivos específicos de la intervención.....	10
3.5. Contenido de la intervención.....	10
3.6. Distribución de la intervención en sesiones.....	11
4. Información general de las sesiones.....	11
4.1. Sesión pre-programa: Pase de cuestionarios.....	11
4.2. Sesión 1: Introducción al programa “Padres en Acción”.....	12
4.3. Sesión 2: Estilos Educativos.....	12
4.4. Sesión 3: Asertividad.....	12
4.5. Sesión 4: Escucha activa y empatía.....	13
4.6. Sesión 5: La Autoestima.....	14
4.7. Sesión 6: Inteligencia emocional.....	14
4.8. Sesión 7: Negociemos.....	15
4.9. Sesión 8: Normas y sanciones.....	16
4.10. Sesión 9: Refuerzo y castigo.....	16
5. Evaluación.....	17
5.1. Tipos de evaluación.....	17
5.2. Diseño de evaluación.....	17
5.3. Instrumentos de evaluación.....	17
6. Discusión y conclusiones.....	20
7. Referencias bibliográficas.....	21
8. Anexos.....	26
8.1. Anexo 1: Contenido y material de la sesión 1.....	27
8.2. Anexo 2: Contenido y material de la sesión 2.....	29
8.3. Anexo 3: Contenido y material de la sesión 3.....	33
8.4. Anexo 4: Contenido y material de la sesión 4.....	38
8.5. Anexo 5: Contenido y material de la sesión 5.....	43

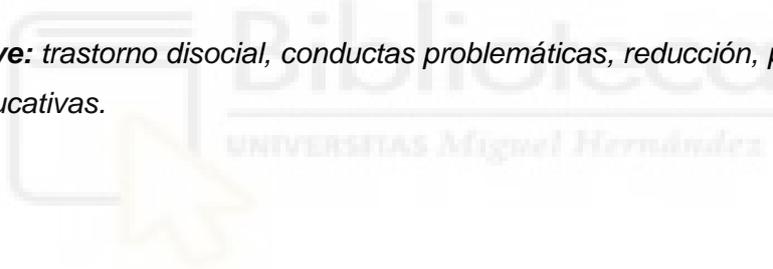
8.6. Anexo 6: Contenido y material de la sesión 6.....	48
8.7. Anexo 7: Contenido y material de la sesión 7.....	52
8.8. Anexo 8: Contenido y material de la sesión 8.....	58
8.9. Anexo 9: Contenido y material de la sesión 9.....	61
8.10. Anexo 10: Cuestionario de evaluación del programa.....	65
8.11. Anexo 11: Cuestionario sobre el comportamiento de niños y adolescentes..	67
8.12. Anexo 12: Escala de Funcionamiento Parental.....	69
8.13. Anexo 13: Instrumento de Modo de Conflicto.....	70



1. Resumen.

El trastorno disocial constituye el trastorno externalizado más grave en la población infantil y adolescente. El contexto familiar es considerado uno de los factores de riesgo más significativos para la aparición y mantenimiento de dicho trastorno, ya que las experiencias familiares en la infancia determinarán comportamientos adultos. Esta propuesta trata de responder a esta problemática con el diseño de una intervención familiar destinada a proporcionar a los padres una serie de herramientas necesarias para la reducción de las conductas disociales de los niños y prevenir así su presencia en la edad adulta. Tras una evaluación de necesidades y una revisión bibliográfica se han determinado como componentes claves sobre los que intervenir, la modificación de conducta, el desarrollo de habilidades de comunicación y emocionales, la resolución de conflictos paterno-filiares y el establecimiento de normas y límites. Para ello, se han elaborado unas sesiones basadas en modelos y actividades para trabajar las técnicas educativas parentales necesarias para reducir las conductas problemáticas, donde la participación de los padres es primordial para que este programa sea eficaz y cuyos efectos se evaluarán mediante una serie de cuestionarios e instrumentos seleccionados.

Palabras clave: *trastorno disocial, conductas problemáticas, reducción, padres, niños y técnicas educativas.*



2. Introducción.

2.1. Detección de la necesidad de intervenir:

En la quinta versión del Manual Diagnóstico y Estadístico para los Trastornos Mentales (American Psychiatric Association, 2013), el trastorno disocial se incluye dentro de la categoría de los Trastornos Perturbadores, de Control de Impulsos y de Conducta, junto con el trastorno negativista desafiante, el trastorno explosivo intermitente, el trastorno antisocial de la personalidad, la piromanía, la cleptomanía y otros trastornos perturbadores, del control de impulsos y de conducta. Estos trastornos constituyen hoy en día uno de los diagnósticos más frecuentes en las consultas de salud mental infanto-juvenil, tanto en España como fuera del país (Herreros, Sánchez, Rubio y Gracia, 2004). Se consideran un conjunto de comportamientos que muestra un individuo a lo largo del tiempo provocando consecuencias negativas tanto para sí mismo como para las personas de su alrededor. Dichos comportamientos son inapropiados para su edad y causan problemas en su contexto familiar, escolar y social (Ruiz, 2010).

Este trabajo se centra en el trastorno disocial (TD), ya que es considerado el trastorno externalizado más grave y una de las formas más frecuentes de psicopatología en niños y adolescentes (Peña y Palacios, 2011). El TD es definido por la APA (2013) como un conjunto de comportamientos persistentes y repetitivos en contra de la sociedad, en el que se violan los derechos de otras personas o normas sociales no adecuadas para la edad del sujeto, causando un deterioro clínicamente significativo de la vida social, académica o laboral. Además, para establecer el diagnóstico de TD es necesaria la presencia de tres (o más) de 15 criterios en los últimos 12 meses y al menos uno de ellos debe manifestarse durante los últimos 6 meses. Estos criterios se agrupan en cuatro categorías de comportamiento:

- Agresión a personas o animales
- Destrucción de la propiedad
- Engaño o robo
- Violaciones serias de las reglas

Con el DSM-5 se debe especificar si el trastorno viene acompañado con emociones prosociales limitadas, característica que se mantiene a lo largo de la infancia y la adolescencia y que está relacionada con problemas de conducta más graves. Las cuatro características que describirían esta particularidad son:

- Falta de remordimiento o culpa.
- Despreocupación por el rendimiento.
- Falta de empatía.

- Afecto superficial.

La prevalencia del trastorno disocial oscila entre un 2% y más del 10%. Estos datos se mantienen estables en países que difieren en raza y etnia. Las tasas aumentan desde la infancia hasta la adolescencia y son más altas en hombres que en mujeres. Pocos jóvenes con conducta problemática reciben tratamiento. El inicio suele producirse entre los 5 años, aunque también puede aparecer al final de la infancia. Es inusual que aparezca después de los 16 años (APA, 2013).

2.2. Etiología del Trastorno Disocial:

Existen multitud de factores que pueden ser determinantes de un TD, resaltando, así, su multicausalidad. Para Muñoz (2004) los factores de riesgo en el trastorno de conducta disocial hacen alusión a las características individuales y/o ambientales que contribuyen a la aparición o mantenimiento de éstas. Se han identificado dos grupos: 1. Factores ambientales y/o contextuales y, 2. Factores individuales. Entre los primeros destacan los medios de comunicación, una situación social desfavorecida, la pobreza y las variaciones étnicas (Peña, 2010). Con respecto a los medios de comunicación, en un estudio llevado a cabo por Brandon (1996), se evidenció que la televisión aumenta la agresividad física infantil y la conducta antisocial. En cuanto a la pobreza y a las situaciones desfavorecidas, vivir en un barrio empobrecido, provoca molestias para los niños y problemas a los padres que hacen que la tarea de criar a sus hijos adecuadamente se vea dificultada (Scott, 2004). Además, existe una relación significativa entre el desarrollo de comportamientos desadaptativos y antisociales y las clases sociales más bajas (Mayor y Urra, 1991). Por último, se han encontrado diferencias en las tasas del trastorno dependiendo de diferentes etnias, siendo mayores en las minorías, lo cual puede deberse a múltiples variables como el desempleo o factores familiares (Rutter, Giller y Hagell, 2000).

Por otra parte, dentro de los factores individuales podemos hablar de: *Mediadores biológicos y factores genéticos* (hormonas, SNA, complicaciones durante el embarazo y/o en el parto, anomalías cromosómicas y la transmisión familiar); *Factores biológico-evolutivos* (género, edad y actividad cerebral); *Factores psicológicos* (hiperactividad y déficit de atención y concentración, ansiedad y depresión, trastornos mentales graves, variables de personalidad, inteligencia, actitudes y creencias normativas y valores ético-morales); *Factores sociales* (factores escolares, familiares y relación con los iguales). Dentro de los factores escolares las variables influyentes son el fracaso académico, la desvinculación escolar, absentismo, vandalismo en la escuela,

traslados de colegio y aspiraciones. En cuanto a la relación con el grupo de iguales, influye de forma negativa los hermanos y/o amigos delincuentes y la pertenencia a bandas. Por último, dentro de los factores familiares encontramos la criminalidad de los padres, el maltrato infantil, prácticas educativas inadecuadas, relaciones afectivas e interacción paterno-filial, apegos inseguros, conflictos maritales, actitudes de los padres favorables hacia la violencia, eventos familiares estresantes, separación de los padres, padres adolescentes y el tamaño de la familia (Peña, 2010).

Todos los factores mencionados, se consideran factores de riesgo, sin embargo, es necesario que ocurran factores desencadenantes que propicien este desarrollo, entre los cuales se encuentran los de carácter escolar, familiar y sociobiológico. Los acontecimientos de carácter escolar son aquellos relacionados con el cambio de etapa. En cuanto a los factores de carácter familiar, pueden ser los mismos que ejercen como factor de riesgo. Sin embargo, en la adolescencia existe más impulsividad y pérdida de control que en las etapas vitales anteriores. Por ello, todos los cambios que implica la adolescencia son considerados importantes factores sociobiológicos que pueden propiciar un TD, como la pubertad y los cambios en la imagen corporal y psíquica (Dios de Vega, 2002).

El presente trabajo se centra en el contexto familiar, ya que es el primer ámbito social y es de dónde se transmiten los valores sobre el mundo y las primeras normas de conducta. Por esta razón, también es considerado, junto con los factores genéticos, uno de los factores de riesgo más significativos para la aparición y mantenimiento de los problemas de conducta, puesto que las experiencias familiares en la infancia determinarán comportamientos adultos (Peña, 2010). Por lo tanto, la intervención en edades tempranas dirigida a padres será clave para modificar y prevenir estas pautas de conducta mediante la elaboración de un plan de acción (Díaz y Díaz, 2005).

Muñoz (2004) entiende la interacción padres-hijos como un predictor del trastorno disocial y encuentra que las tres dimensiones principales son: 1. Las pautas familiares educativas inadecuadas, 2. La interacción de los padres con los hijos y 3. El apego familiar.

En cuanto al primero, un buen funcionamiento familiar asociado a un estilo parental positivo, así como un apoyo interpersonal en la familia estaría relacionado con menos niveles de conducta disocial en la infancia y en la adolescencia (Shek y Tang, 2003). De acuerdo con Baumrind (1971), existen tres estilos educativos parentales. El primer tipo sería el estilo autoritario, que se basa en el control y en la imposición de normas y castigos. El resultado de esta pauta puede ir en dos direcciones, o bien provoca que el hijo sea retraído, sumiso, pasivo y con baja autoestima, o que sea

rebelde, agresivo y que no respete los derechos de los demás (Becoña, 2001). En el caso del estilo permisivo, la característica básica es la ausencia de supervisión, control y de límites por parte de los padres, siendo el hijo el que autorregula su comportamiento. El resultado de este estilo es la impulsividad, la dependencia y la dificultad para la aparición de valores prosociales y para la asunción de responsabilidades. El tercer tipo es el democrático, que se basa en el respeto, en el castigo y control razonable, en el refuerzo y en la negociación y explicación de normas. Se fomenta la participación en la toma de decisiones y se desarrollan valores de autodirección y prosociales. Los padres ejercen su papel de figuras de autoridad, a la vez que respetan los derechos de su hijo. El estilo democrático actúa como factor protector contra la conducta problema, puesto que los hijos de padres democráticos poseen mejores habilidades sociales, son más independientes y responsables y tienen una mejor planificación del futuro con menor probabilidad de desarrollar comportamientos de riesgo (Montañés, Bartolomé, Montañés y Parra, 2008).

En lo que refiere a la interacción paterno-filial, los hijos que mantienen una relación positiva con sus padres y pasan mucho tiempo con ellos, se asocian con menos conductas desadaptadas, mientras que los vínculos afectivos débiles entre los padres y los hijos predicen comportamientos típicos del trastorno disocial (Frías, Corral, López, Díaz y Peña, 2001).

Por último, el apego se define como el vínculo afectivo y duradero que se establece entre dos personas como resultado de la interacción que implica proximidad y contacto en el logro de seguridad, consuelo y protección (Presentación, García, Miranda, Siegenthaler y Jara, 2006). De acuerdo con la teoría del control social de Hirschi (2003), el apego a la familia inhibe el crimen y la delincuencia, mientras que la ausencia de una buena relación con los progenitores está relacionada con actividades antisociales de los hijos. Un mal control de los padres sobre qué hacen sus hijos, dónde y con quién puede influir en la aparición de conductas problemáticas y delictivas, como la delincuencia, el consumo de drogas o un bajo rendimiento académico. Sin embargo, parece que la variable principal es la comunicación con los padres, más que el control de éstos.

Entre los factores protectores familiares relacionados con un bajo consumo de drogas y conductas disociales se encuentran la cohesión familiar, la comunicación y el apoyo de los padres, la relación positiva, los vínculos afectivos estrechos, la transmisión de valores sociales, el establecimiento de normas, el acuerdo de los padres en temas educativos y la actitud no permisiva de los padres en relación al consumo de drogas (Muñoz y Graña, 2001). Diversos estudios han demostrado que los factores

mencionados se pueden optimizar mejorando las habilidades educativas de los padres y estableciendo buenos cauces de comunicación para prevenir ciertos comportamientos problemáticos (Ramos, Ubierna y Blanco, 2008).

En definitiva, y a modo de resumen, los programas de entrenamiento para padres son una herramienta clínica fundamental dirigida a favorecer la actitud educativa de los padres, a transmitir habilidades de comunicación y al intercambio afectivo (Díaz y Díaz, 2005). Actualmente estos programas se consideran el tratamiento de primera elección para la prevención primaria y secundaria de los problemas de comportamiento y su objetivo es hacer de la familia un factor protector mediante la enseñanza y el reforzamiento de actitudes prosociales de los hijos (Herreros et al., 2004). Encontramos aquí una serie de motivos de relevancia para tratar de realizar una intervención sobre el fenómeno del trastorno disocial, y sobre sus distintas formas de resolución.

2.3. Intervenciones familiares para reducir la conducta disocial:

Se han desarrollado diversos programas familiares de prevención e intervención, destinados a proporcionar habilidades a los padres para mejorar el desarrollo personal y social de los hijos, los cuales han tenido un gran impacto en la prevención de dificultades en el comportamiento infantil.

Uno de los ejemplos lo constituye el *Programa EDUCA* (Díaz, Comeche y Díaz, 2009), realizado con un total de 31 familias. Su objetivo a alcanzar era proporcionar a los integrantes del grupo el conocimiento de una serie de estrategias conductuales y cognitivas basadas en el modelo de modificación de conducta (refuerzo y castigo) que les permitiera desarrollar de manera más adecuada sus funciones educativas y socializadoras. El proyecto demostró ser una herramienta positiva para el tratamiento y la reducción de las conductas disruptivas y se observó una mejoría en la percepción de los padres en relación a las variables estudiadas: agresividad, atención-hiperactividad, déficit académico y retraimiento (Díaz, et al., 2011).

También Eyberg, en el año 1988, estableció el *Programa de Interacción de Padres-Hijos (PCIT)*, destinado a tratar problemas de conducta de la infancia a través de la aproximación conductual, incluyendo en su intervención la resolución de problemas y las habilidades de comunicación. En un estudio dirigido a evaluar su efectividad (Hood y Eyberg, 2003), participaron un total de 50 familias con niños con comportamiento problemático y se realizó un seguimiento entre 3 y 6 años. Los resultados presentaron mejoras estadísticamente significativas en las conductas problema, en la obediencia y en el estrés parental.

Por otra parte, uno de los programas que mayor difusión ha alcanzado es el *PET* (*Padres eficaz y técnicamente preparados*) (Gordon, 1982), que combinaba el entrenamiento de los padres en habilidades de comunicación con habilidades para resolver problemas familiares. En el entrenamiento en habilidades de comunicación se trabajan con los padres las estrategias verbales y no verbales más adecuadas para comunicar aceptación a los hijos, incluyendo la escucha activa y mensajes “yo”. En cuanto a las habilidades para manejar conflictos, aquí el entrenamiento se dirige a eliminar la imagen de ganador-perdedor en las relaciones familiares. Los resultados de su evaluación mostraron un aumento en la autoestima y la confianza personal, fortaleció las conductas de refuerzo hacia el hijo y el razonamiento moral y además aumentó el rendimiento académico (DeMarsh y Kumpfer, 1985).

De forma similar, el programa PECES (*Padres eficaces con entrenamiento sistemático*), elaborado por Dinkmeyer y McKay (1990), está dirigido a enseñar a los padres estrategias de comunicación y de resolución de conflictos para mejorar las relaciones padres-hijos en edad infantil. Brock, Oertwein y Coufal (1993), en su estudio informan que los resultados más significativos se refieren a cambios positivos en la interacción paterno-filial, las actitudes parentales, las conductas de los hijos y las percepciones de los padres, que se muestran menos autoritarios hacia las conductas de sus hijos.

De esta manera, en los programas de intervención con padres se encuentran en gran medida una serie de factores claves que están en estrecha relación: la modificación de conducta, el desarrollo de habilidades de comunicación y emocionales, la solución de conflictos familiares y el establecimiento de normas y límites.

En este sentido, Labrador, Cruzado y Muñoz (2001) señalan que el desarrollo de nuevas conductas y la supresión de otras son aspectos inherentes al proceso de educación en cualquier edad. Entrenar a los padres en el correcto manejo del refuerzo, la extinción y el castigo, será eficaz para que aprendan a controlar la conducta de sus hijos. Por su parte, el desarrollo de habilidades de comunicación es fundamental para implementar la convivencia, y, consecuentemente, la carencia de estas destrezas es un factor de riesgo en el aumento de la violencia. Un adecuado repertorio de habilidades sociales permite desarrollar una red de vínculos interpersonales positivos con los demás, lo que puede llevar a un mejor afrontamiento de las situaciones de conflicto (Díaz, Martínez y Martín, 2013).

En concordancia con lo anterior, se deriva la importancia que se concede a la resolución de conflictos, puesto que cuando no son resueltos adecuadamente y de forma satisfactoria para todas las partes, surge hostilidad, aislamiento, problemas

emocionales y dificultad para establecer un buen cauce de comunicación (Oliva, Hidalgo, Martín, Parra, Ríos y Vallejo, 2007). Por tanto, una de las metas en las intervenciones familiares es que los padres sean capaces de favorecer que los conflictos familiares se solucionen correctamente, para que los hijos aprendan que la solución de los problemas no se consigue mejor con agresividad y violencia.

Por su parte, el establecimiento de normas y límites en la familia también ha demostrado ser de vital importancia en la debilitación o prevención de conductas problemáticas, ya que mediante las normas los hijos caen en la cuenta de qué comportamientos se esperan de ellos, es decir, qué cosas se consideran aceptables y cuáles no (Jiménez, 2010).

Del mismo modo, el desarrollo emocional del niño es fundamental, ya que es el proceso por el cual se construye la identidad, la autoestima, la seguridad y la confianza en sí mismos, y se crea a través de las interacciones que establecen con sus personas significativas. Así, una autoestima baja es frecuente en los jóvenes que manifiestan conductas agresivas (Garaigordobil y Durá, 2006) y conductas antisociales (Calvo, González y Martorell, 2001). Por ello, los padres deben potenciar este desarrollo emocional de manera que aumente su autoestima y ayude al niño a distinguir las emociones, manejarlas, expresarlas y controlarlas (Haeussler, 2000), puesto que se ha mostrado que los jóvenes que se sienten poco valorados por sus padres presentan conductas problemáticas (Pinazo, Pons y Carreras, 2002).

En este sentido, la literatura existente otorga gran importancia a la inteligencia emocional, cuyo desarrollo puede lograrse mediante la práctica, y que contribuye a que las personas sean capaces de identificar y comprender sus propias emociones, y también las ajenas, para hacerles frente de forma adecuada (Fernández y Extremera, 2005). Un factor de riesgo en los adolescentes es la dificultad para expresar sus problemas o deseos, lo cual les provoca ansiedad, estrés y pérdida de autoestima. Esto, sumado a las diferencias de edad, estilos de crianza y experiencias de los padres, da lugar a un distanciamiento con los hijos porque a la hora de comunicarse no logran entenderlos y esto impide la negociación, el contacto emocional y la oportunidad de conocer mejor a los hijos (Guzmán, 2009).

De este modo, los resultados obtenidos en los estudios, llevan a concluir que la intervención sobre los factores mencionados (modificación de conducta, desarrollo de habilidades de comunicación y habilidades emocionales, la solución de conflictos familiares y el establecimiento de normas y límites) puede disminuir los problemas de conducta de los hijos con resultados muy positivos.

Por todo ello, el objetivo del presente trabajo es diseñar una propuesta de intervención familiar para disminuir los comportamientos del trastorno disocial en niños de Educación Primaria, comprendidos entre 6 y 11 años con el fin de prevenir estos comportamientos problemáticos en edad adulta.

3. Método.

3.1. Población diana:

Las personas a las que va dirigido este proyecto son los padres, a modo de entrenamiento y de información para aplicar los conocimientos y técnicas adquiridas con sus hijos, los cuales presentan una serie de comportamientos problemáticos.

Estas familias son seleccionadas por los Servicios Sociales Comunitarios, que deben identificar a los niños que muestran conductas disociales y deben juzgar y valorar si la crianza parental y el ambiente familiar están influyendo en la aparición de dichos comportamientos. Además, los niños tienen que tener entre 6 y 11 años y es necesario que los padres estén dispuestos a participar en un programa de entrenamiento.

3.2. Temporalización:

El programa está diseñado para ser aplicado en 9 sesiones de 60 minutos cada una. El programa tendrá una duración de dos meses, en los cuales se desarrollará una sesión por semana en horario de tarde, concretamente martes, de 17:00h a 18:00h. Durante todo el transcurso del programa, éste se llevará a cabo en el Aula 3 del C.P. La Paz (Callosa de Segura). Estas sesiones serán desarrolladas por la autora del programa, mediante la utilización de los materiales necesarios para la realización de cada una de ellas.

3.3. Objetivo general de la intervención:

El objetivo general de la intervención planteada es proporcionar a los padres las herramientas necesarias para disminuir la presencia de las conductas disociales en niños y niñas con edades comprendidas entre 6 y 11 años.

3.4. Objetivos específicos de la intervención:

Como objetivos específicos, a lo largo del programa, los participantes serán capaces de:

1. Reconocer la importancia de la función de la familia en la formación integral de sus hijos.
2. Identificar claramente los factores de riesgo y los factores de protección dentro de la familia, reduciendo o eliminando los primeros e incrementando los segundos.
3. Mejorar las habilidades de comunicación asertiva.
4. Potenciar la autoestima de sus hijos.
5. Identificar las emociones de sus hijos y ayudarles a regularlas.
6. Aumentar las habilidades de negociación.
7. Aprender a dar instrucciones claras y apropiadas, establecer límites y normas, así como expectativas y consecuencias.
8. Conocer y saber utilizar el reforzamiento positivo y las técnicas de castigo.

3.5. Contenido de la intervención:

El programa consta de 9 sesiones en las que se va a trabajar sobre los siguientes componentes del programa:

- Información sobre los factores de riesgo y protección.
- Habilidades de comunicación.
- Habilidades de regulación emocional.
- Resolución de problemas y negociación.
- Establecimiento de límites y normas.
- Técnicas de modificación de conducta.

3.6. Distribución de la intervención en sesiones:

PROGRAMA “PADRES EN ACCIÓN”	
Componente	Unidad
Sesión pre-programa: Pase de cuestionarios	
Información	Sesión 1: <i>Introducción al programa “Padres en Acción”</i> Sesión 2: <i>Estilos Educativos</i>
Habilidades de comunicación	Sesión 3: <i>Asertividad</i> Sesión 4: <i>Escucha activa y empatía</i>
Habilidades de regulación emocional	Sesión 5: <i>Autoestima</i> Sesión 6: <i>Inteligencia emocional</i>
Resolución de problemas y negociación	Sesión 7: <i>Negociemos</i>
Establecimiento de límites y normas	Sesión 8: <i>Normas y sanciones</i>
Técnicas de modificación de conducta	Sesión 9: <i>Refuerzo y castigo</i>

El desarrollo de estas sesiones y los recursos necesarios para cada una se detallan en los anexos del documento.

Algunas de las habilidades a tratar en el programa así como sus actividades correspondientes se han basado en el Programa de Apoyo a Madres y Padres de Adolescentes, elaborado por Oliva et al. (2007), que plantea sesiones sobre los estilos educativos y la resolución de conflictos y por otra parte, el Programa Construyendo Salud (Vela y Maravall, 2008), que trabaja sobre una serie de habilidades de comunicación familiar, como la escucha activa, la autoestima y la asertividad.

4. Información general de las sesiones.

4.1. Sesión pre-programa: Pase de cuestionarios:

En esta sesión inicial se les repartirán a los participantes los cuestionarios a cumplimentar para que al finalizar el programa se pueda realizar un análisis del impacto y los efectos producidos.

4.2. Sesión 1: Introducción al programa “Padres en Acción”:

- *Objetivo:*
 - a) Reconocer la importancia de la función parental en la formación integral.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 1)
- *Guía de la sesión:*
 1. Introducción al programa
 2. Visionado del vídeo *Habilidades de Comunicación y Estilos Educativos Parentales*
 3. Preguntas y debate

4.3. Sesión 2: Estilos Educativos:

- *Objetivos:*
 - a) Identificar claramente los factores de riesgo y los factores de protección dentro de la familia.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Folios y bolígrafos
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 2.1)
 - Fichas de trabajo para la actividad “Estilos educativos” de la sesión 2 para cada grupo (Anexo 2.2)
- *Guía de la sesión:*
 1. Contenidos de la sesión:
 - Descripción de los Estilos Educativos y consecuencias de cada uno
 2. Debate y comentarios
 3. Actividad de la sesión:
 - Actividad en grupo “Estilos Educativos” (30 minutos)

4.4. Sesión 3: Asertividad:

- *Objetivos:*
 - a) Favorecer una actitud positiva de los padres hacia sus hijos que mejore la asertividad de los mismos.

- b) Mejorar las habilidades de comunicación asertiva
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Folios y bolígrafos
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 3.1)
 - Fichas de trabajo para la actividad “Representación de escenas” de la sesión 2 para cada uno de los participantes (Anexo 3.2)
 - Pizarra y tiza
- *Guía de la sesión:*
 1. Contenidos de la sesión:
 - Diferencias de los estilos comunicativos asertivo, agresivo y pasivo
 - Explicación de las distintas técnicas asertivas
 2. Actividades de la sesión:
 - Actividad en grupos de cuatro “Ponemos en práctica la asertividad” (15 minutos)
 - Actividad en parejas “Representación de escenas” (15 minutos)
 3. Dudas y comentarios

4.5. Sesión 4: Escucha activa y empatía:

- *Objetivos:*
 - a) Usar habilidades de comunicación que ayuden a identificar los sentimientos y emociones de los hijos.
 - b) Conocer y reflexionar sobre los conceptos básicos de empatía y la escucha activa y reflexionar sobre su importancia.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Folios y bolígrafos
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 4.1)
- *Guía de la sesión:*
 1. Contenidos de la sesión:
 - Definición de escucha activa
 - Habilidades básicas para la escucha activa y errores
 - Definición de la empatía

- Ventajas de la escucha activa
2. Actividades de la sesión:
 - Actividad individual y en grupos de cuatro “Problemas de comunicación” (10 minutos)
 - Actividad grupal “Escucha Activa” (25 minutos)
 3. Dudas y comentarios

4.6. Sesión 5: La Autoestima:

- *Objetivos:*
 - a) Potenciar la autoestima de los niños.
 - b) Identificar factores que influyen en la autoestima de los hijos y aprender formas de mejorarla.
 - c) Reflexionar sobre la importancia de la autoestima para evitar conductas problemáticas.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 5.1)
 - Fichas de trabajo para la actividad “El día de Clara” de la sesión 5 para cada grupo (Anexo 5.2)
- *Guía de la sesión:*
 1. Contenido de la sesión:
 - Concepto de autoestima y su influencia en los jóvenes
 - ¿Cómo mejorar la autoestima?
 - Componentes principales de la autoestima
 2. Actividad de la sesión:
 - Actividad en grupos de cuatro “El diario de Clara” (30 minutos)
 3. Dudas y comentarios

4.7. Sesión 6: Inteligencia emocional:

- *Objetivos:*
 - a) Identificar los sentimientos y emociones de los hijos y ayudarles a regularlas.

- b) Conocer las emociones que pueden tener los niños ante determinadas situaciones.
- c) Enseñar formas de manejar el enfado con sus hijos.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Folios y bolígrafos
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 6.1)
- *Guía de la sesión:*
 1. Contenidos de la sesión:
 - Importancia de la educación emocional
 - Relación de determinadas situaciones con emociones concretas
 - El diálogo
 2. Actividades de la sesión:
 - Actividad individual y grupal “¿Qué harías? (15 minutos)
 3. Dudas y comentarios

4.8. Sesión 7: Negociemos:

- *Objetivos:*
 - a) Negociar mutuamente y de manera próspera para alcanzar una solución positiva del conflicto.
 - b) Conocer la influencia de los conflictos familiares en las conductas de los hijos.
 - c) Identificar estrategias adecuadas e inadecuadas para resolver conflictos.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Folios y bolígrafos
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 7.1)
 - Fichas de trabajo para la actividad “Situaciones hipotéticas” de la sesión 4 para cada grupo (Anexo 7.2)
- *Guía de la sesión:*
 1. Contenidos de la sesión:
 - Concepto de negociación y sus etapas

- Formas erróneas de resolver conflictos (autoritarismo, permisividad y evitación)
2. Actividades de la sesión:
- Actividad en grupos de cuatro “Situaciones hipotéticas” (20 minutos)
 - Actividad en grupos de cuatro “Solucionamos conflictos” (15 minutos)
3. Dudas y comentarios

4.9. Sesión 8: Normas y sanciones:

- *Objetivos:*
 - a) Aprender a dar instrucciones claras y apropiadas, establecer límites y normas, así como expectativas y consecuencias.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Folios y bolígrafos
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 8.1)
- *Guía de la sesión:*
 1. Contenidos de la sesión:
 - Pasos a seguir para el establecimiento de normas y límites
 - Características de las normas y sanciones
 - Importancia de supervisar
 2. Actividades de la sesión:
 - Actividad en grupos de tres “Establecemos las normas” (30 minutos)
 3. Dudas y comentarios

4.10. Sesión 9: Refuerzo y castigo:

- *Objetivos:*
 - a) Conocer y saber utilizar el reforzamiento positivo y las técnicas de castigo.
- *Material necesario para desarrollar la sesión:*
 - Folios y bolígrafos
 - Pantalla, proyector y transparencias (Anexo 9.1)
- *Guía de la sesión:*

1. Contenidos de la sesión:
 - Descripción de técnicas de modificación de conducta
2. Actividades de la sesión:
 - Actividad individual y en grupo “Rol-playing” (20 minutos)
3. Dudas y comentarios

5. Evaluación.

5.1. Tipos de evaluación:

Una vez finalizado el programa, se valorará su eficacia. Para ello, la evaluación se divide en dos fases. Para la primera se realizará una evaluación formativa sobre la implantación del programa con objeto de valorar lo adecuado de su puesta en práctica, si las sesiones han sido útiles, la metodología adecuada, los recursos apropiados, etc. y para este fin los participantes deberán rellenar un cuestionario para evaluar el programa una vez haya finalizado (Anexo 10). La segunda fase de la evaluación consistiría en la evaluación de los resultados, cuyo objetivo es conocer el grado en que el programa ha logrado incidir sobre las variables trabajadas.

5.2. Diseño de evaluación:

Se ha diseñado un proceso de evaluación pretest-postest con la finalidad de realizar un análisis del impacto y los efectos producidos por la implantación del programa, así como del mantenimiento de los mismos. Para ello, se realizará una evaluación antes de comenzar el programa, justo tras su finalización y transcurrido un periodo de doce meses desde la aplicación del programa, con el fin de valorar si los efectos de la intervención se mantienen a medio plazo tanto en el comportamiento de los padres como en el de los hijos.

5.3. Instrumentos de evaluación:

Respecto al cuestionario de evaluación del programa está compuesto por una serie de preguntas con las que se pretende valorar el grado de satisfacción de los padres y madres con todo lo trabajado durante el programa. De este modo se podrá mejorar el taller en aquellos aspectos que, por mayoría, sean considerados más deficitarios, con el fin de cumplir con los objetivos propuestos en un principio. Dicho cuestionario ha sido elaborado por la autora del programa, y consta de 10 preguntas, de las cuales 7 usan

una escala tipo Likert con cinco y diez alternativas de respuesta y 3 son de respuesta abierta.

Además, se han seleccionado una serie de instrumentos para poder evaluar la efectividad del programa, mostrando qué aspectos se han visto menos beneficiados por la intervención y en los cuales, hay que hacer más hincapié.

En primer lugar, para evaluar la conducta problemática de los hijos se utiliza el *Cuestionario sobre el Comportamiento de Niños y Adolescentes (ESPERI)* para padres, elaborado por Parellada, San Sebastián y Martínez (2009). Este instrumento se compone de un total de 65 ítems y 4 ítems adicionales si el hijo/a es mayor de 11 años (Anexo 11), con cinco alternativas de respuesta que permiten evaluar la frecuencia de aparición de determinadas conductas negativas, y que han sido las que se han tratado de reducir en el programa interventivo. Los resultados del estudio de Gallardo (2015) demostraron que el instrumento presenta una buena confiabilidad y validez para la detección precoz de los trastornos de comportamiento en niños y adolescentes.

Por otra parte, para conocer hasta qué punto el programa ha mejorado la interacción entre padre/madre e hijo y ha influido en la percepción de los padres sobre la importancia de su función en la formación de los hijos, se utilizará la *Escala de Funcionamiento Parental (EFP)* elaborado por Vaquero (2015). Los 20 ítems tienen siete alternativas de respuesta que proporcionan información sobre el trato, la educación y la relación que mantiene el padre y/o madre con su hijo/a (Anexo 12). Además, estos ítems se engloban dentro de tres dimensiones constituidas a su vez por varios factores: *vinculación afectiva* (afecto físico, apoyo-contención y comunicación-interacción), *control conductual* (control autoritario, control permisivo y control democrático) y *control psicológico* (intrusividad-manipulación y sobreprotección). En el estudio de Farkas (2008), se demostró que la consistencia interna es adecuada, pero son necesarios más estudios para investigar más a fondo su validez y confiabilidad.

Para evaluar las habilidades de comunicación asertiva se empleará la *Escala de Habilidades Sociales* de Gismero (2000) que está compuesta por 33 ítems. Explora la conducta habitual del sujeto en determinadas situaciones y, valora el grado de dificultad ante esas situaciones. Esta prueba cuenta con 6 subescalas: autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos, expresión de desacuerdo, decir “no”, realizar peticiones e iniciar interacciones sociales con el sexo opuesto. Las puntuaciones que se obtengan determinarán que personas son las que presentan mayor déficit en las habilidades interpersonales, y por tanto, a quiénes se les debe prestar

mayor atención en la fase postest. El estudio de Quintana (2014) concluyó que esta Escala es un instrumento que cuenta con validez y confiabilidad.

El *Instrumento de Modo de Conflicto* (Thomas y Kilmann, 1974), se utilizará con el propósito de evaluar la conducta del sujeto en situaciones de conflicto, en las que se puede describir la conducta según dos dimensiones (Anexo 13): asertividad (la medida en que el individuo trata de satisfacer sus propios intereses) y cooperación (la medida en que el individuo intenta satisfacer los intereses de la otra persona). Dichas dimensiones dan lugar a cinco métodos distintos para resolver conflictos: Competidor, Colaborador, Compromiso, Eludir y Complaciente. Los 30 reactivos proporcionarán información sobre la forma en la que se actuaría ante algunas situaciones de conflicto, lo que permitirá observar posibles diferencias de comportamiento y actitudes generadas por el programa.

Por último, para observar en qué grado y con qué claridad los padres establecen las normas, los límites y las consecuencias, y sus estilos educativos en general, se utiliza el *Cuestionario de Dimensiones y Estilos Parentales (PSDQ)* (Robinson, Mandlco, Olsen y Hart, 2001). Este instrumento permite evaluar las tres dimensiones propuestas por Baurind (1971): autoritario, democrático y permisivo, mediante 32 ítems, bajo una escala de respuesta tipo Likert de cinco alternativas de respuesta. En el primero, las normas son restrictivas y se recurre más al castigo que al refuerzo positivo. En el segundo, destaca la disciplina inductiva, que consiste en ayudar a los hijos a desear hacer las cosas “bien”, es decir, a estar motivados para comportarse de manera adecuada, y a medida que aprenden las normas por miedo a una sanción o por conseguir un premio, es necesario enriquecer el aprendizaje con razonamientos. Por último, el estilo permisivo se caracteriza por la ausencia de normas y por un mayor empleo de refuerzo positivo que de castigo.

6. Discusión y conclusiones.

Hoy en día el trastorno disocial es considerado el trastorno externalizado más grave y una de las formas más frecuentes de psicopatología en niños y adolescentes (Peña y Palacios, 2011). Además, constituye uno de los diagnósticos más frecuentes en las consultas de salud mental infanto-juvenil, tanto en España como fuera del país (Herrero, et al., 2004).

En este trabajo se han visto las causas que llevan a un niño a tener problemas de comportamiento, así como las técnicas con las que contamos para disminuir la presencia de problemas de conducta disocial. Concretamente, se centra en el contexto familiar, ya que es el primer ámbito social y es de dónde se transmiten los valores sobre el mundo y las primeras normas de conducta (Peña, 2010).

Por otra parte, se ha visto que los programas de entrenamiento para padres son el tratamiento de primera elección para la prevención primaria y secundaria de los problemas de comportamiento (Herreros et al., 2014). Por ello, lo que pretende este programa es ofrecer a los padres modelos y actividades para entrenar las técnicas educativas parentales a llevar a cabo con sus hijos para reducir las conductas disruptivas, lo cual permite a las familias una correcta combinación de teoría y práctica de lo que se debe hacer y cómo.

Tras la búsqueda bibliográfica, se ha concluido que la intervención familiar destinada a trabajar con técnicas de modificación de conducta, al uso adecuado del refuerzo y del castigo, al desarrollo de habilidades de comunicación y habilidades emocionales, al uso de estrategias de resolución de conflictos familiares y al establecimiento correcto de normas y límites puede proporcionar resultados muy positivos en relación al objetivo del programa.

Una vez que se haya implementado el programa "Padres en Acción" se espera que los padres se conciencien de la relevancia que tienen sus acciones sobre sus hijos, no solo a nivel comportamental sino también psicológico, y que sean capaces de utilizar las herramientas adecuadas y necesarias para disminuir la presencia de conductas problemáticas en estos, pudiendo además transmitírselas a sus hijos, con el fin de poder reducir la prevalencia del trastorno disocial en la sociedad.

7. Referencias bibliográficas.

- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of paternal authority. *Developmental Psychology*, 4 (1), 1-103.
- Becoña, E. (2001). Factores de riesgo y protección familiar para el uso de drogas. En R. Secades Villa y J. R. Fernández Hermida (Eds.), *Intervención Familiar en la Prevención de las Drogodependencias*. Madrid: Plan Nacional sobre la Drogas.
- Bisquerra, R. y Pérez, N. (2012). Educación emocional: estrategias para su puesta en práctica. *Avances en Supervisión Educativa: Revista de la Asociación de Inspectores de Educación de España*, 16, 1-11.
- Brandon, S. (1996). Television and Violence. The scale of the problema and where to go from here. Trabajo presentado al *Simposio Internacional de Valencia sobre Agresión y Violencia*, Valencia, España.
- Brock, G.W., Oertwein, M. y Coufal, J.D. (1993): Parent Education: Theory, research, and practice. En M. E. Arcus, J.D. Schvaneveldt y J.J. Moss (Ed.), *Handbook of Family Life Education. The practice of Family Life Education*, 2, (87-114). Newbury Park:Sage.
- Caballo, V. (1999). *Manual de evaluación y tratamiento de las habilidades sociales*. Madrid: SIGLO XXI.
- Calvo AJ, González R y Martorell MC (2001). Variables relacionadas con la conducta prosocial en la infancia y adolescencia: personalidad, autoconcepto y género. *Infancia y Aprendizaje*, 24, 95-111.
- DeMarsh, J. P., y Kumpfer, K. L. (1985). Family-oriented interventions for the prevention of chemical dependency in children and adolescence. En Ezekoye, S., Kumpfer, K., y Bukoski,W. (Eds.), *Childhood and Chemical Abuse: Prevention and Intervention* (pp. 117-151). New York: The Haworth Press.
- Díaz, M.I. y Díaz, M.A. (2005). Problemas cotidianos del comportamiento infantil. En M.I. Comeche y M.A. Vallejo (Coords.), *Manual de Terapia de Conducta en la Infancia* (pp. 419-463). Madrid: Dykinson.

- Díaz, M.A., Comeche, M.I. y Díaz, M.I. (2009). *Programa EDUCA. Escuela de Padres. Educación positiva para enseñar a los hijos*. Madrid: Pirámide.
- Díaz, M.A., Comeche, M.I. y Díaz, M.I. (2011). Programa EDUCA. Escuela de Padres para el tratamiento de los trastornos del comportamiento perturbador. *Apuntes de Psicología*, 29 (2), 243-258.
- Díaz, M.J.; Martínez, R. y Martín, J. (2013). El acoso entre adolescentes en España. Prevalencia, papeles adoptados por todo el grupo y características a las que atribuyen la victimización. *Revista de Educación*, 362, 348-379.
- Dinkmeyer, D. y McKay, G.D. (1990). *Padres eficaces con entrenamiento sistemático (PECES)*. Madrid: TEA.
- Dios de Vega, J. L. (2002). Trastornos disociales en la adolescencia: Estudio de su incidencia en la Comunidad de Madrid. *Estudios e Investigaciones*, 263-306.
- Eyberg, S. M. (1988). Parent-Child Interaction Therapy: Integration of traditional and behavioral concerns. *Child & Family Behavior Therapy*, 10, 33-46.
- Farkas, C. (2008). Escala de evaluación parental (EEP): Desarrollo, propiedades psicométricas y aplicaciones. *Universitas Psychologica*, 7 (2), 457-467.
- Fernández, P. y Extremera, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19 (3), 63-93.
- Frías, M., Corral, V, López, A., Díaz, S. y Peña, E. (2001). Predictores familiares y conductuales de la problemática escolar en alumnos de secundaria y preparatoria. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19, 237-256.
- Gallardo, F. (2015). Características psicométricas del cuestionario (ESPERI) de trastornos del comportamiento en adolescentes en instituciones educativas estatales de Guadalupe.
- Garaigordobil M y Durá A (2006). Relaciones del auto-concepto y la autoestima con la sociabilidad, estabilidad emocional y responsabilidad en adolescentes de 14 a 17 años. *Análisis y Modificación de Conducta*, 32, 37-64.
- Gismero, E. (2000). *EHS. Escala de Habilidades Sociales*. Madrid: TEA.
- Gordon, T. (1982). *Padres eficaces y técnicamente preparados (PET)*. Diana: México.
- Guzmán, M. (2009). Dificultades de comunicación emocional en adolescentes. Recuperado el 11 de junio de 2009 en

http://www.emexico.gob.mx/wb2/eMex/eMex_Dificultades_de_comunicacion_emocional.

- Haeussler, I. (2000). "Desarrollo emocional del niño". En: Martínez Grau y otros. *Psiquiatría y psicología de la infancia y adolescencia*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Herreros, O., Sánchez, F., Rubio, B. y Gracia, R. (2004). Actualización en el tratamiento farmacológico de los trastornos del comportamiento de la adolescencia. *Monografías de Psiquiatría: Los trastornos de comportamiento en la adolescencia*, 1, 60-69.
- Hirschi, T (2003). Una teoría del control de la adolescencia. *Capítulo Criminológico*, 31 (4), 5-31.
- Hood, K. K. & Eyberg, S. M. (2003). Outcomes of Parent-Child Interaction Therapy: Mothers' reports of maintenance three to six years after treatment. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(3), 419-429.
- Jiménez, M.J. (2010). *Estilos educativos parentales y su implicación en diferentes trastornos*. Sevilla: Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.
- Labrador, F.J., Cruzado, J.A. y Muñoz, M (2001). *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Mayor, M. y Urra, J. (1991). Juzgado de menores. La figura del psicólogo. *Papeles del Psicólogo*, 48, 29-32.
- Montañés, M., Bartolomé, R. Montañés, J. y Parra, M. (2008). Influencia del contexto familiar en las conductas adolescentes. *Ensayos*, 17, 391-407.
- Musitu, G. (1995). *Proyecto Autoestima-95*. Documento del autor. Universidad de Valencia.
- Muñoz, J.J. (2004). Factores de riesgo y protección de la conducta antisocial en adolescentes. *Psiquiatría Facultad de Medicina*, 31(1), 21-37.
- Muñoz, M.J., y Graña, J.L. (2001). Factores familiares de riesgo y de protección para el consumo de drogas en adolescentes. *Psicothema*, 13, 87-94.
- Olivia, A., Hidalgo, M.V., Martín, D., Parra, A., Ríos, M. y Vallejo, R. (2007). *Programa de apoyo a padres y madres de adolescentes*. Sevilla: Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.
- Parellada, M.J., San Sebastián, J. y Martínez R. (2009). *Manual ESPERI de trastornos del comportamiento en niños y adolescentes*. Madrid: EOS.

- Peña, M.E. (2010). *Conducta antisocial en adolescentes: factores de riesgo y de protección* (Tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, España.
- Peña F. y Palacios L. (2011). Trastornos de la conducta disruptiva en la infancia y la adolescencia: diagnóstico y tratamiento. *Salud Mental*, 34, 421-427.
- Pinazo S, Pons J y Carreras A (2002). El consumo de inhalables y cánnabis en la preadolescencia: análisis multivariado de factores predisponentes. *Anales de Psicología*, 18, 77-93.
- Presentación, M. J., García, R., Miranda, A., Siegenthaler, R. y Jara, P. (2006). Impacto familiar de los niños con trastorno por déficit de atención con hiperactividad subtipo combinado: efecto de los problemas de conducta asociados. *Revista de Neurología*, 42 (3), 137 – 143.
- Punset, E. (2008). *Brújula para navegantes emocionales*. España. Editorial Granel.
- Quintana, Y. L. (2014). Propiedades psicométricas de la escuela de habilidades sociales en alumnos de nivel secundario de Cartavio. *Revista de Investigación de estudiantes de Psicología "Jang"*, 5 (2), 36-52.
- Ramos, V., Ubierna, A. y Blanco, A. (2008) Evaluación del programa Dédalo de prevención familiar del consumo de drogas en preadolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1 (4), 347-354.
- Robinson, C., Mandleco, B., Olsen, S. y Hart, C. (2001). The Parenting Styles and Dimensions Questionnaire (PSQD). En B. F. Perlmutter, J. Touliatos y G. W. Holden (Eds.), *Handbook of family measurement techniques: Vol. 3. Instruments y index* (pp.319-321). Thousand Oaks: Sage.
- Ruiz Díaz, M.V. (2010). Trastornos de Conducta: El Trastorno Negativista Desafiante. *Revista digital de innovación y experiencias educativas*, 36; 1-9.
- Rutter, M., Giller, H. y Hagell, A. (2000). *La conducta antisocial de los jóvenes*. Madrid: Cambridge University Press.
- Scott, S. (2004). *Agresividad infantil grave: ¿es realmente posible prevenirla?* VIII Reunión Internacional sobre Biología y Sociología de la Violencia. Valencia: Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia.
- Shek, D.y Tang, V. (2003). Violent behavior in Chinese adolescents with an economic disadvantage. Psychological family and interpersonal correlates. *International Journal of Adolescents Medicine and Healths*, 15 (1), 219-233.

Thomas K.W. y Kilmann R. H. (1974). *Instrumento Thomas-Killmann de modos de conflicto*. Palo Alto. CPP, Inc.

Vaquero, S. (2015). *Escala de Funcionamiento Parental (EFP): Validación de un instrumento de medida para padres que sufren violencia filio-parental en sus familias*. Universidad Pontificia Comillas, Madrid, España.

Vela, E. y Maravall (2008). *Habilidades de comunicación familiar. Ampliación del programa Construyendo Salud*. Madrid: CEAPA.



8. Anexos.

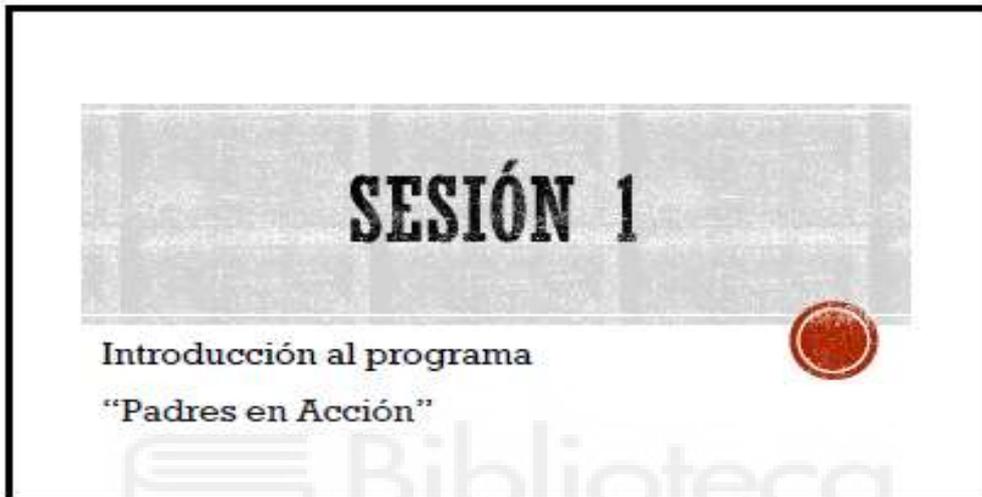
8.1. Anexo 1: Contenido y material de la sesión 1.

Sesión 1: Introducción al programa “Padres en Acción”	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Reconocer la importancia de la función parental en la formación integral
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Sesión explicativa
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	
<p>Para empezar haremos una presentación para conocernos todos. A continuación hablaremos de la importancia de que aprendan una serie de herramientas y recursos para poner bajo control el comportamiento problemático de sus hijos y se exponen los objetivos que se quieren conseguir con el programa.</p> <p>A continuación, se visualizará el vídeo <i>Habilidades de Comunicación y Estilos Educativos Parentales</i> en el que aparecen cinco situaciones familiares en las que se da un conflicto y aparecen resueltos de manera incorrecta y correcta en cada una de ellas. Se explicará que es importante que estén bien atentos ya que las escenas serán ejemplos de los contenidos que se van a trabajar a lo largo del programa.</p> <p>Una vez finalizado el vídeo, se les hará a los padres una serie de preguntas de manera general para crear un pequeño debate:</p> <p>“¿Os habéis sentido identificados más con la resolución correcta o incorrecta?” “¿De qué manera pensáis que vuestras reacciones negativas influyen en las conductas inapropiadas del niño?” “¿Os dais cuenta de la importancia que tiene saber afrontar estos conflictos de forma adecuada?” “¿Cuáles pensáis que son las herramientas que los padres del vídeo han usado para resolverlos?”</p> <p>Seguidamente, se hará un resumen de las herramientas que se han puesto en práctica en el vídeo:</p> <p>“En primer lugar, una de las herramientas que emplea la madre en la situación 1 (en la que la hija llega tarde) es establecer de forma clara la norma y el castigo. En cuanto a la situación 2 (en la que el hijo llega tarde y borracho), como habéis podido ver es importante elegir el momento adecuado, ya que esto es una de las claves que influye en que se resolviera bien, y esto es la técnica asertiva de <i>aplazamiento asertivo</i>. Además, en la situación 3 (en la que la hija insiste a la madre para que le compre un móvil), la madre emplea la técnica asertiva <i>disco rayado</i>. Por otra parte, las situaciones 3,4 y 5 son claros ejemplos de escucha activa por parte de los progenitores hacia los hijos. En los tres casos se ve como empatizan, hacen preguntas, resumen lo que han dicho, establecen contacto visual, etc. Por último, también en la situación 4 se muestra la</p>	

importancia del refuerzo y su relación con la autoestima. Un ejemplo en el que el padre refuerza a su hija es cuando le hace un gesto cariñoso y le dice: “¡Qué bonita eres!”.

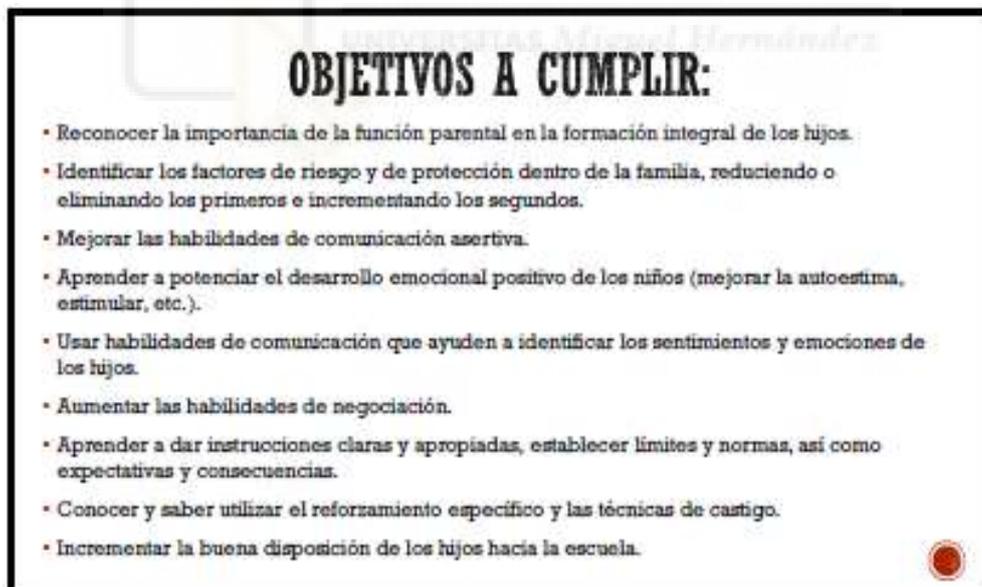
Se les explicará que las próximas sesiones están destinadas a enseñarles a utilizar todas esas herramientas y técnicas, que son muy útiles para la resolución de la conflictividad familiar y para disminuir los comportamientos disociales de los hijos.

1.1. Transparencias de la sesión 1



SESIÓN 1

Introducción al programa
“Padres en Acción”



OBJETIVOS A CUMPLIR:

- Reconocer la importancia de la función parental en la formación integral de los hijos.
- Identificar los factores de riesgo y de protección dentro de la familia, reduciendo o eliminando los primeros e incrementando los segundos.
- Mejorar las habilidades de comunicación asertiva.
- Aprender a potenciar el desarrollo emocional positivo de los niños (mejorar la autoestima, estimular, etc.).
- Usar habilidades de comunicación que ayuden a identificar los sentimientos y emociones de los hijos.
- Aumentar las habilidades de negociación.
- Aprender a dar instrucciones claras y apropiadas, establecer límites y normas, así como expectativas y consecuencias.
- Conocer y saber utilizar el reforzamiento específico y las técnicas de castigo.
- Incrementar la buena disposición de los hijos hacia la escuela.



VÍDEO

Habilidades de Comunicación y Estilos Educativos
Parentales

<https://www.youtube.com/watch?v=jWrFu2RRwxQ>

- ¿Os habéis sentido más identificados más con la resolución correcta o incorrecta?
- ¿De qué manera pensáis que vuestras reacciones influyen en las conductas inapropiadas del niño?
- ¿Os dais cuenta de la importancia que tiene saber afrontar estos conflictos de forma adecuada?
- ¿Cuáles pensáis que son las herramientas que los padres del vídeo han usado para resolverlos?

¡¡GRACIAS POR SU ATENCIÓN!!

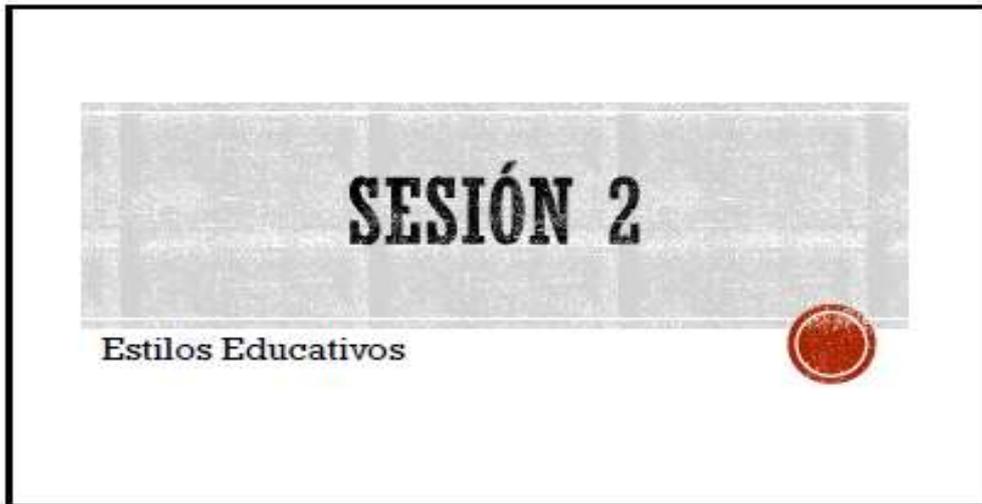


8.2. Anexo 2: Contenido y material de la sesión 2.

Sesión 2: Estilos Educativos	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Identificar claramente los factores de riesgo y los factores de protección
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Estilos educativos y consecuencias de cada uno
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	
<p>Al comenzar la segunda sesión se les dará la bienvenida a los participantes, se les agradecerá su participación y se les explicará que la sesión 2 se basa en un tema fundamental para entender la influencia de los padres en el desarrollo de sus hijos y que es necesario entender para avanzar en las siguientes sesiones: Los Estilos Educativos.</p> <p>En primer lugar, se describirá el modelo de Estilos Educativos que está constituido por cuatro estilos (Democrático, Autoritario, Permisivo e Indiferente) en función de dos dimensiones: afecto/comunicación y establecimiento de límites/control. Y en segundo lugar, con el apoyo de las transparencias de la sesión (Anexo 2.1), se describirán los cuatro estilos y las consecuencias de cada uno.</p> <p>Es importante que los padres tengan en cuenta que el estilo parental tiene que ser flexible y estar adaptado a las características y a la edad del hijo/a. Estos deben saber que el grado de afecto y control óptimo puede ser diferente para cada uno, dependiendo de las características de los hijos y de la situación. Además, el estilo educativo no es una característica del padre o de la madre, sino una característica de la relación paterno-filial.</p> <p>Una vez finalizada la introducción teórica, se les pedirá a los padres que reflexionen sobre sus estilos educativos y que piensen en las consecuencias que tienen sobre la conducta de sus hijos/as. Después, voluntariamente se hará un pequeño debate en grupo sobre dichas reflexiones.</p> <p>A continuación, se desarrollará la actividad “Estilos Educativos” de cara a conseguir el objetivo que se plantea. Para ello, se organiza a los participantes en tres grupos, y a cada uno se le entregarán en una ficha distintas situaciones descritas (Anexo 2.2). Por grupos deben pensar cómo podrían resolver la situación según los cuatro estilos que se han comentado, es decir, como resolverían la situación que les ha tocado siendo un padre/madre autoritario/a, permisivo/a, indiferente y democrático/a. Posteriormente, deben reflexionar sobre las consecuencias de cada uno de los estilos. Finalmente, cada grupo expondrá las diferentes soluciones y las consecuencias correspondientes.</p> <p>Para terminar, es importante reforzar positivamente a los padres su capacidad para diferenciar los distintos estilos educativos y para crear un desarrollo conductual y emocional adecuado en su hijos/as a través del estilo democrático. Además, se les pedirá que reflexionen en casa sobre los</p>	

factores de riesgo y de protección para la conducta disocial que hay en cada estilo y se les volverá a agradecer su participación y colaboración

2.1. Transparencias de la sesión 2



A slide with a light gray background. The text "ESTILOS EDUCATIVOS:" is centered in a large, bold, black serif font. Below it, "UNIVERSIDAD Miguel Hernández" is written in a smaller, gray sans-serif font. A 2x2 matrix is displayed, with the following structure:

		AFECTO/COMUNICACIÓN	
		Alto	Bajo
CONTROL/ LÍMITES	Alto	Democrático	Autoritario
	Bajo	Permisivo	Indiferente

In the bottom right corner, there is a red circular logo with a white border.

ESTILOS EDUCATIVOS:

• **Estilo Democrático:** Es el estilo con más beneficios para los hijos/as, ya que los padres además de ser cariñosos y afectuosos, controlan y guían su conducta, a la vez que favorecen su autonomía. Las ventajas de este estilo en los hijos son:

- Autoestima alta
- Interés hacia la escuela
- Menos consumo de alcohol y otras drogas
- Menos influenciados por el grupo de iguales
- Menos problemas de conducta en general



ESTILOS EDUCATIVOS:



- **Estilo Indiferente:** Los niños que han crecido con un estilo indiferente tienden a presentar problemas académicos y emocionales, puesto que no ha recibido afecto y han carecido de guía y control de su comportamiento.
- **Estilo Autoritario:** Los hijos han crecido en un ambiente controlador y aunque esto haya favorecido el rendimiento escolar y la obediencia, también influye en la aparición de problemas emocionales y en la autoestima. En este caso, los hijos/as pueden terminar rebelándose a los padres.
- **Estilo Permisivo:** Los hijos/as pueden tener problemas conductuales, como el consumo de alcohol y drogas o dificultades para controlar sus impulsos (agresiones, amenazas, gritos, etc.). Además, estos niños no tolerarán la frustración y se mostrarán muy irritados en las ocasiones en las que la realidad no se ajuste a sus deseos.



¡¡GRACIAS POR SU ATENCIÓN!!



2.2. Ficha de trabajo para la actividad “Estilos Educativos”

SITUACIÓN 1

Recibes una llamada telefónica de la directora del colegio de tu hija y te dice que tu hija de 11 años no ha acudido hoy a clase, tú, muy enfadado/a respondes: ¡¿Cómo que no ha ido hoy a clase?! Y ¡¿Dónde está?! En ese momento, tu hija entra por la puerta de la casa.

SITUACIÓN 2

Ayer fuiste a recoger a tu hijo de 7 años al colegio y su tutora te cuenta que se ha pasado todo el día castigado porque le ha pegado a un compañero y le ha roto las gafas. Además, añade que si su comportamiento sigue así tendrá que ser expulsado una semana del colegio.

SITUACIÓN 3

Anoche tu hijo de 13 años llega a casa a la 01:00 de manera muy silenciosa para intentar no hacer nada de ruido y no despertarte. Sin embargo, tú estás en el salón muy enfadado/a esperando a que llegase, ya que la hora de llegar a casa siempre suele ser a las 23:30. Además, tu hijo no te ha avisado de que iba a llegar tarde y tampoco tenía el móvil encendido.

8.3. Anexo 3: Contenido y material de la sesión 3.

Sesión 3: Asertividad	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Mejorar las habilidades de comunicación asertiva• Favorecer una actitud positiva de los padres hacia sus hijos que mejore la asertividad de los mismos
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Diferencias de los estilos comunicativos asertivo, agresivo y pasivo• Explicación de las distintas técnicas asertivas
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	<p>Para empezar recordaremos la última sesión y les preguntaremos a los asistentes si en casa han reflexionado sobre las consecuencias que tienen los diferentes estilos educativos para el comportamiento de sus hijos y sobre la importancia que tiene el uso de un estilo democrático como factor protector para la conducta disruptiva.</p> <p>A continuación, se les explicará que la sesión 3 está dirigida a enseñar a los padres a ser asertivos, que es una habilidad que se puede aprender y mejorar para así mejorar nuestras relaciones con los demás.</p> <p>Seguidamente, se explicarán los tres Estilos Comunicativos: pasivo, agresivo y asertivo. El primero, consiste en no expresar sentimientos ni pensamientos o en hacerlo de forma inadecuada, teniendo en cuenta solamente los derechos de los demás. Por su parte, el estilo agresivo constituye otra forma de relacionarnos inadecuada, porque cuando hacemos uso de la agresividad, no estamos respetando los derechos ni opiniones del resto. Por último, el estilo asertivo se basa en expresar sentimientos, ideas, opiniones y derechos sin amenazar, castigar o manipular a otros, respetando los derechos propios y los de los demás. Por otra parte, también sirve para evitar y solucionar conflictos de una forma mucho más efectiva.</p> <p>En la sesión se van a diferenciar tres tipos de técnicas asertivas: manejo de críticas, persistencia y comunicación positiva. En concreto, con el apoyo de las transparencias de la sesión (Anexo 3.1) se describirán las técnicas de <i>banco de niebla</i>, <i>asertividad negativa</i> e <i>ironía asertiva</i> por una parte (manejo de críticas); las técnicas <i>decir no</i> y <i>disco rayado</i> por otro (persistencia); y las técnicas de <i>aplazamiento asertivo</i>, <i>procesar el cambio</i>, <i>libre información</i> y <i>autorrevelación</i> por último (comunicación positiva).</p> <p>Una vez finalizada la explicación teórica, se llevará a cabo la actividad “Ponemos en práctica la asertividad” en grupos de cuatro, para la cual habrá que plantear una situación donde se llevará a cabo una de las técnicas asertivas que se han visto en la sesión y que serán asignadas. Además, habrá dos parejas en cada grupo, una hará la representación aplicando la técnica y la otra no, para que los participantes puedan comprobar como el modo en el que muestren opiniones</p>

y actitudes contribuye a que la situación se resuelva de una forma u otra. . Después del rol-playing se hará refuerzo positivo y feedback tanto por parte del profesional como por los compañeros, que deberán identificar qué tipo de técnica asertiva se ha empleado y cuáles han sido los aspectos mejor trabajados por cada pareja.

Seguidamente, para finalizar la actividad se formularán una serie de preguntas a los asistentes: “¿Creéis que son útiles estas técnicas? ¿En qué otras situaciones pensáis que se podrían aplicar?

A continuación, se escribirán en la pizarra los nombres de las técnicas estudiadas y se desarrollará la actividad “Representación de escenas” para la cual se entregará una breve descripción de una situación con la que frecuentemente se pueden encontrar los padres con los hijos (Anexo 3.2). Estos deben representar una escena muy corta de manera que termine solucionado el pequeño problema que se plantea, y además haciéndolo mediante una conducta asertiva. Cuando lo hagan, los padres deben mencionar la técnica utilizada y explicar al resto del grupo cómo la técnica les ha ayudado a solucionar la situación de manera adecuada.

Para terminar, se vuelve a hacer referencia a la gran diferencia que existe respecto a la utilización o no de las técnicas asertivas, que cuando se emplean de manera adecuada, es mucho más fácil mantener nuestra posición y expresar nuestras opiniones. Además, se les anima a utilizarlas en casa para solucionar y evitar los conflictos que surgen con los hijos.

Al finalizar la sesión dejaremos 10 minutos de dudas y comentarios para que cada padre exponga sus inquietudes, dudas, observaciones, etc. y se les volverá a agradecer su participación.

3.1. Transparencias de la sesión 3

SESIÓN 3

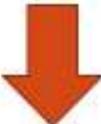
Asertividad 

ESTILOS COMUNICATIVOS

- **ESTILO PASIVO:** no expresan sentimientos y pensamientos, o se expresan de forma inadecuada. Sólo tienen en cuenta los derechos de los demás.
- **ESTILO AGRESIVO:** expresan sentimientos, ideas y pensamientos, pero sin respetar a los de los demás. Sólo tienen en cuenta sus propios derechos.
- **ESTILO ASERTIVO:** expresan sentimientos, ideas, opiniones, derechos, etc., sin amenazar, castigar o manipular a otros. Respetan los derechos propios y los de los demás.



La asertividad es una habilidad que tiene el objetivo de defender nuestros derechos sin hacer daño a los demás. Además, sirve para evitar y solucionar conflictos de una forma mucho más efectiva.



1. Manejo de críticas
2. Persistencia
3. Comunicación positiva



1. MANEJO DE CRÍTICAS

- **Banco de niebla:** consiste en reconocer la razón o posible razón que pueda tener la otra persona, pero expresando la decisión de no cambiar nuestra conducta.
- **Asertividad negativa:** nos enseña a aceptar los propios errores pero sin etiquetar.
- **Ironía asertiva:** se utiliza cuando una persona que apenas conocemos, que no es nuestra amiga, se mete con nuestro físico o nos dice algo con intención de hacernos daño.



2. PERSISTENCIA

- **Decir no:** tenemos el derecho a decir no sin sentir remordimientos por negarnos a hacer algo que no queremos. Sin embargo, debemos tener en cuenta siempre que es muy importante que el NO esté justificado.
- **Disco rayado:** es la repetición de un argumento cuando no queremos hacer algo, en el que exponemos las razones de nuestra postura.



3. COMUNICACIÓN POSITIVA

- **Aplazamiento asertivo:** la utilizamos cuando no es el mejor momento para discutir, o bien porque estamos muy cansados, o bien porque la otra persona está muy enfadada y va a ser peor hablarlo.
- **Procesar el cambio:** consiste en cambiar el foco de atención de la discusión, alejándolo de las actitudes y los sentimientos de los participantes, para redirigirla a lo que realmente preocupa.
- **Libre información:** consiste en identificar los indicios que da otra persona durante una conversación, para reconocer qué es lo interesante o importante para esa persona.
- **Autorrevelación:** Se fundamenta en compartir con otra persona aspectos que por sí misma no conocería o comprendería, en hacer revelaciones de información personal.



2.2. Ficha de trabajo para la actividad “Representación de escenas”

1. Discutes mucho con tu hijo por el tema de los estudios. A ti siempre te parece poco y a él mucho. Cuando habláis, siempre termináis gritando y los dos queréis tener la razón.
2. Tu hija llega a las 23:30 y le habías avisado que tenía que estar en casa a las 22:00 o al día siguiente estaría castigada.
3. Tu hijo te cuenta muy angustiado que se ha peleado con su mejor amigo.
4. Siempre que sales a comprar con tu hijo te pide que le compres lo primero que ve y tú consideras que no lo necesita.
5. Tu hija ha tenido un mal día en el colegio/instituto y cuando llega a casa te contesta mal.
6. Tu hijo llega a casa y te grita cuando tú le habías hablado pacíficamente.
7. Tu hija lleva todo el día queriendo hablar contigo sobre un tema que a ella le preocupa y tú no has tenido tiempo para escucharla. Finalmente, ella se enfada y deja de hablarte.
8. Tu hija te dice que ha aprobado el examen de ciencias sociales pero que ha suspendido el examen de matemáticas.
9. Tu hijo te dice que eres una mala madre porque nunca le llevas a jugar con los amigos al parque.
10. Tu hija te dice que necesita dinero para ir a una excursión, pero en ese momento no puedes pagársela.

8.4. Anexo 4: Contenido y material de la sesión 4.

Sesión 4: Escucha activa y empatía	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Usar habilidades de comunicación que ayuden a identificar los sentimientos y emociones de los hijos.• Conocer los conceptos básicos sobre la empatía y la escucha activa y reflexionar sobre su importancia.
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Definición de escucha activa• Habilidades básicas para la escucha activa y errores• Definición de la empatía• Ventajas de la escucha activa
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	<p>Se les da la bienvenida a los asistentes, se les agradece su participación y se les anima a seguir trabajando y reflexionando sobre su papel como madres y padres de hijos con conducta disocial. Se hace un pequeño resumen de lo visto sobre la asertividad en la sesión anterior, ya que a partir de esta habilidad se va a poder desarrollar la escucha activa y la empatía.</p> <p>Para comenzar, se hará referencia a la importancia que tiene contar con habilidades de comunicación que ayuden a identificar los sentimientos y emociones de los hijos/as y se hará alusión a dos habilidades indispensables en una comunicación eficaz, que se van a explicar y practicar durante la sesión: la escucha activa y la empatía.</p> <p>Por una parte, se definirá la escucha activa como la capacidad de escuchar no sólo lo que la persona está expresando directamente, sino también los sentimientos, ideas o pensamientos que subyacen a lo que se está diciendo, es decir, se atiende primero a la parte emocional del mensaje y posteriormente se racionaliza el contenido (Caballo, 1999). Por esta razón, esta manera de escuchar es una buena estrategia para hacer que los hijos/as hablen con los padres y se sientan satisfechos ante la experiencia de ser escuchado y comprendido por otra persona.</p> <p>Seguidamente, se les expondrán a los padres un conjunto de habilidades básicas que tienen que poseer para que la escucha activa sea efectiva:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Deben estar dispuestos a escuchar lo que su hijo/a tiene que decir.2. Tienen que desear ser de ayuda para él/ella para resolver el problema.3. Deben aceptar los sentimientos del niño/a.4. Tienen que confiar en que el niño/a es capaz de manejar sus propios sentimientos y que estos sentimientos son transitorios.

5. Saber expresar a la otra persona que les están escuchando con comunicación verbal (resumir, preguntar, etc.) y no verbal (gestos, asentir, contacto visual, etc.).

En cambio, también existen una serie de comportamientos que hay que evitar en la escucha activa:

1. No interrumpir.
2. No juzgar
3. No rechazar lo que se está escuchando (por ejemplo: eso no es importante).
4. No contar la propia historia.
5. No anticipar.

Por otra parte, la escucha activa se ve favorecida por la empatía, que consiste en ponernos en el lugar del otro cuando nos habla, de oír lo que nos dice y de imaginar cómo se siente, sus emociones y necesidades. Lo que no significa estar de acuerdo con lo que se está escuchando. Además, se comenta aquí que sería importante que los padres les enseñen desde que son pequeños a saber pensar y ponerse en lugar de otra persona, para que en un futuro lo hagan por iniciativa propia.

Para terminar esta parte teórica, se explicarán a los padres las principales ventajas que estas habilidades tienen sobre los hijos/as:

- Ayudan a que los niños/as expresen sus sentimientos positivos y negativos.
- Promueve una relación cercana entre padres/madres e hijos/as.
- Facilita a que los niños/as sean capaces de resolver sus propios problemas.
- Influye a que el niño/a escuche más a menudo las ideas y pensamientos de sus padres/madres.

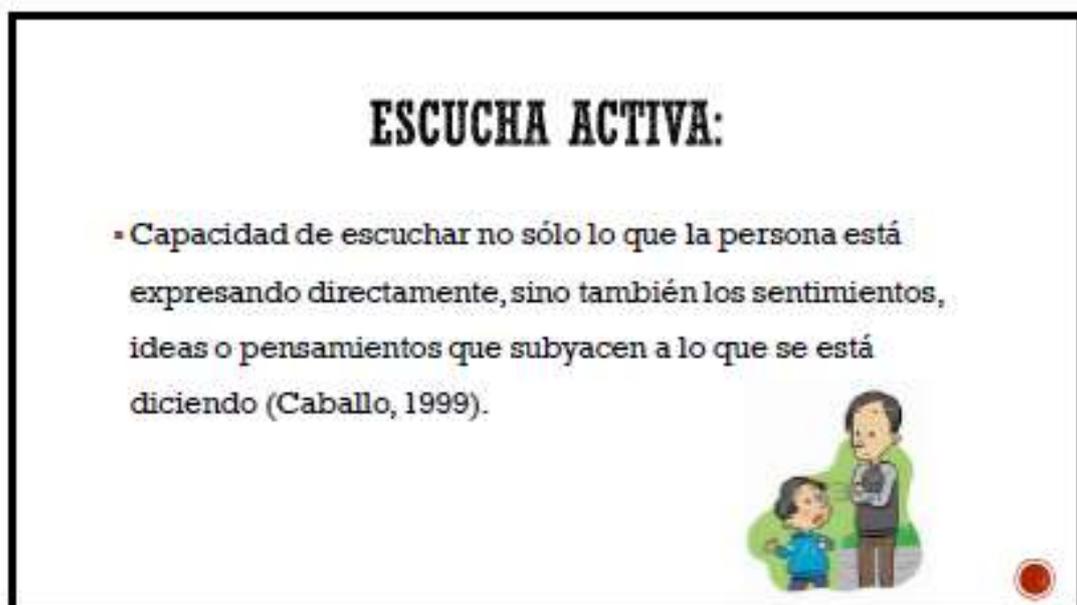
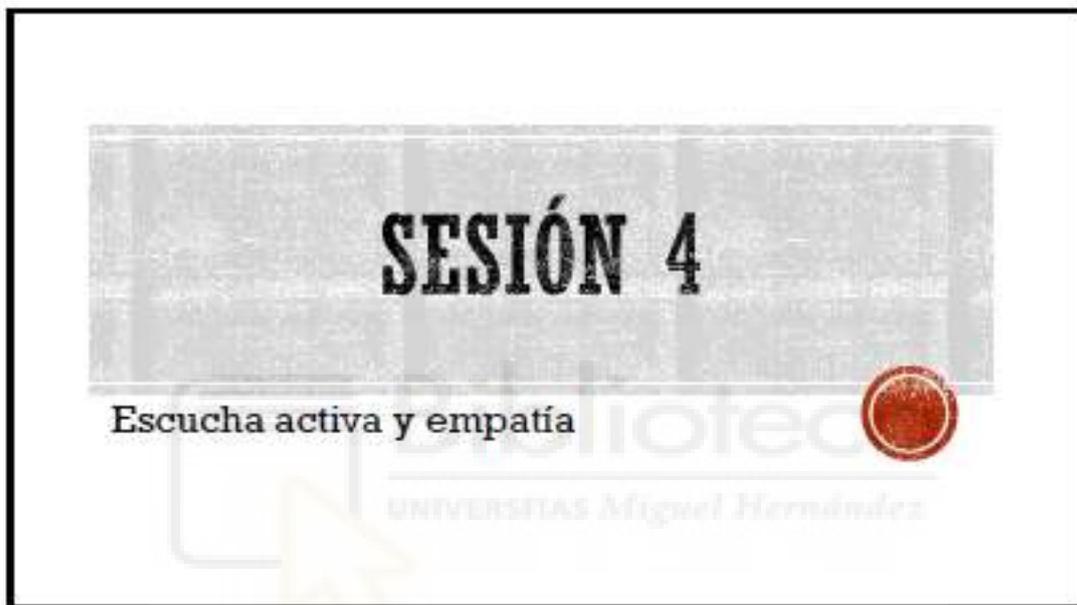
Tras esta introducción, los asistentes deben trabajar en la escucha activa y en la empatía mediante dos actividades. Para la actividad "Problemas de comunicación", los padres de forma individual tienen que escribir situaciones reales en las que sus hijos han tratado de comunicarse con ellos y no han podido, averiguando cuáles son las posibles causas. A continuación, en grupos de cuatro personas, expone cada uno las situaciones descritas para que los compañeros busquen soluciones a los problemas de comunicación que se han planteado.

Para desarrollar la última actividad de la sesión, llamada "Escucha Activa", se pedirán tres voluntarios, a los que se les saca del aula para explicarles que tienen que ir entrando uno a uno a describir a los demás compañeros una situación conflictiva con su hijo/a y que hayan conseguido solucionar adecuadamente. Posteriormente, antes de dar paso al primero de ellos, se les explica al resto del grupo que su función es ignorar al primer voluntario, de manera que no le pregunten ni le miren. Al segundo deben prestarle atención, pero solamente mediante contacto

visual, sin hacer gestos ni cualquier otro elemento de la escucha activa. Y al tercer voluntario deben escucharlo activamente, mediante contacto visual, preguntas, gestos, etc. Una vez haya finalizado la actividad, los tres voluntarios manifestarán como se han sentido con la finalidad de que todos reflexionen sobre la importancia de la escucha activa y sus elementos.

Para terminar, dejaremos 10 minutos de dudas y comentarios para que cada padre exponga sus inquietudes, dudas, observaciones, etc. Además, se les agradecerá su participación.

4.1. Transparencias de la sesión 4



HABILIDADES:

1. Escuchar lo que su hijo/a tiene que decir.
2. Desear ayudar al niño/a a solucionar el problema.
3. Aceptar los sentimientos del niño/a.
4. Confiar en que el niño/a es capaz de manejar sus propios sentimientos y que estos sentimientos son transitorios.
5. Expresar a la otra persona que les están escuchando con comunicación verbal (resumir, preguntar, etc.) y no verbal (gestos, asentir, contacto visual, etc.).



ERRORES:

Interrumpir

Juzgar

Rechazar lo que se está escuchando

Contar la propia historia

Anticipar



EMPATÍA:

- Capacidad de ponernos en el lugar del otro cuando nos habla, de oír lo que nos dice y de imaginar cómo se siente, sus emociones y necesidades.

*No significa estar de acuerdo con lo que se está escuchando.



VENTAJAS ESCUCHA ACTIVA Y EMPATÍA:

- Ayudan a que los niños/as expresen sus sentimientos positivos y negativos.
- Promueve una relación cercana entre padres/madres e hijos/as.
- Facilita a que los niños/as sean capaces de resolver sus propios problemas.
- Infiuye a que el niño/a escuche más a menudo las ideas y pensamientos de sus padres/madres.



¡¡GRACIAS POR SU ATENCIÓN!!



8.5. Anexo 5: Contenido y material de la sesión 5.

Sesión 4: La Autoestima	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Potenciar la autoestima de los hijos.• Identificar factores que influyen en la autoestima de los hijos y aprender formas de mejorarla.• Reflexionar sobre la importancia de la autoestima para evitar conductas problemáticas.
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Concepto de autoestima y su influencia• ¿Cómo mejorar la autoestima?• Componentes principales de la autoestima
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	<p>Al comenzar la sesión 5 se les dará la bienvenida a los padres y madres, se les agradecerá su participación y se les anima a seguir trabajando. Además, se comentará si llevaron a cabo lo aprendido en la sesión anterior y han sido capaces de escuchar activamente y de ponerse en la piel de sus hijos. Seguidamente, se deberá explicar que en esta quinta sesión se abordará un tema muy importante, como es la mejora de la autoestima en los hijos.</p> <p>Para empezar se define la autoestima como la valoración positiva o negativa que cada persona hace de sí misma en función de sus pensamientos, sentimiento y experiencias acerca de sí mismo. La manera en cómo nos percibimos influye en nuestras motivaciones, actitudes y comportamientos (Musitu, 1995).</p> <p>Con la intención de que los padres entiendan y reflexionen sobre la influencia de la autoestima en el comportamiento disruptivo, se expondrán una serie de resultados de estudios realizados: por una parte, la autoestima afecta principalmente al ajuste psicológico y social, y bajos niveles de autoestima en los niños/as y adolescentes se han asociado con síntomas psicopatológicos. Además, una autoestima baja también es frecuente en aquellos que manifiestan conductas agresivas y antisociales, como se demostró en el estudio de Garaigordobil y Durá (2006). Por otra parte, otro estudio de Pinazo, Pons y Carreras (2002), mostró que los jóvenes que se sienten poco valorados por sus padres presentan conductas problemáticas, como el consumo de drogas, ya desde la preadolescencia.</p> <p>A continuación, se hará referencia a que para mejorar y reforzar la autoestima en los hijos debemos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Conocer sus capacidades y limitaciones para poder reforzarlos y ayudarlos a identificar su potencial. Los menores que sienten que son vistos y comprendidos no tienen miedo a ser rechazados y podrán aceptarse a sí mismos, con sus cualidades y defectos.

- Elogiarles cuando tienen comportamientos positivos y darles oportunidades para que puedan desarrollar sus capacidades.
- Ayudarles a afrontar sentimientos negativos para que se sientan bien consigo mismos en situaciones de fracaso, ayudarles a expresar sus sentimientos y además, los padres tienen que aceptarlos y ser un buen modelo en su forma de afrontar sus sentimientos negativos.
- No utilizar hipergeneralizaciones (“todo lo haces mal”), las amenazas o la omisión.

Seguidamente, se exponen los tres componentes principales de la autoestima:

1. Reconocer los sentimientos del otro.
2. Expresar cariño y alegría, o enfado y disconformidad, junto con los motivos para querer que se haga algo, de manera que a los hijos comprendan por que los padres reaccionan de una manera determinada.
3. Describir la conducta sin juzgar a la persona y sin poner etiquetas.

Tras esta parte teórica, se realizará la actividad “El día de Clara” para trabajar el contenido referido a la autoestima. Para ello, se harán grupos de cuatro personas y se le entregará a cada uno un texto que describe el día de una niña de 10 años (Anexo 5.2), y tendrán que reconocer qué personas y cosas están influyendo en la autoestima de la niña. Además, tendrán que contestar una serie de preguntas que aparecen en la ficha. Posteriormente, se hará una puesta en común y se detallará cómo reforzar la autoestima en los menores haciendo alusión al texto.

Para terminar, dejaremos 10 minutos de dudas y comentarios para que cada padre exponga sus inquietudes, dudas, observaciones, etc. Además, se les agradecerá su participación y colaboración.

5.1. Transparencias de la sesión 5

SESIÓN 5

La Autoestima 

AUTOESTIMA

- Valoración positiva o negativa que cada persona hace de sí misma en función de sus pensamientos, sentimiento y experiencias acerca de sí mismo (Musitu, 1995).
- Baja autoestima en niños y adolescentes → síntomas psicopatológicos, conductas agresivas y antisociales (Garaigordobil y Durá 2006).
- Los jóvenes que se sienten poco valorados por sus padres presentan conductas problemáticas desde preadolescencia (Pinazo, Pons y Carreras, 2002).



¿CÓMO MEJORAMOS LA AUTOESTIMA?

- 1. Conocer capacidades y limitaciones → Refuerza y ayuda a identificar potencial.
- 2. Elogiar comportamientos positivos y dar oportunidades para desarrollar capacidades.
- 3. Ayudar a afrontar sentimientos negativos y a expresar sus sentimientos, de manera que los aceptemos y seamos un buen modelo para afrontarlos.
- 4. No utilizar:
 - Hipergeneralizaciones
 - Amenazas
 - Omisiones



ERRORES:

Interrumpir

Juzgar

Rechazar lo que se está escuchando

Contar la propia historia

Anticipar



COMPONENTES:

- 1 Reconocer los sentimientos del otro.
- 2 Expresar cariño y alegría, o enfado y disconformidad + Motivos para querer que se haga algo = los hijos comprenden por que los padres reaccionan de una determinada manera.
- 3 Describir la conducta sin juzgar a la persona y sin poner etiquetas (por ejemplo: eres un vago).



ACTIVIDAD:

• ACTIVIDAD: EL DÍA DE CLARA



• PREGUNTAS:

1. ¿Qué puede haber influido hoy en la autoestima de Clara?
2. ¿Qué personas la han reforzado y estimulado?
3. ¿De qué manera se ha mejorado y reforzado su autoestima?
4. ¿Qué comentarios pueden haber disminuido su autoestima? ¿Cómo los sustituirías correctamente?



5.2. Ficha de trabajo para la actividad “El día de Clara”

Clara es una niña de 10 años que va a sexto de primaria. Esta mañana se ha vuelto a quedar dormida y su madre muy enfadada le ha dicho que es una vaga y que no hace nada, que siempre está durmiendo.

A primera hora tenía inglés que es su asignatura preferida y cuando ha resuelto los deberes que habían para casa, su profesora le ha felicitado y le ha dicho: “¡Perfecto, Clara! ¡Sigue así!”. Así que esa clase le ha ido muy bien y le ha puesto de muy buen humor. En cambio, después ha tenido matemáticas, que se le da muy mal. Y además su profesor ha traído corregidos los exámenes del otro día. Clara ha suspendido y su profesor le ha dicho que si sigue así va a ser una inútil toda la vida. En ese momento, se ha enfadado tanto que tenía muchas ganas de llorar y de gritarle de la impotencia. Pero como su madre le ha enseñado a controlarse, ninguno de los compañeros lo ha notado. Por lo tanto, Clara se siente satisfecha por no haberse venido abajo por el comentario del profesor.

Posteriormente, en la hora del recreo, sus amigos y ella han jugado al baloncesto y todos la han felicitado por la canasta que ha metido, sin embargo, una de sus compañeras la ha llamado “chicote” delante de todos los de su clase. En ese momento Clara se ha sentido muy humillada.

A la hora de comer, cuando ha llegado a casa, sin que le dijese nada ha puesto la mesa para que sus padres se pusieran contentos. Además, estos la han felicitado y abrazado muy sorprendidos: “¡Muy bien, Clara!, ¡Eres la mejor!”. Una vez que ya han terminado de comer, su hermano la ha ayudado con un ejercicio de plástica y le ha dicho que cada día lo está haciendo mejor. Esto le ha gustado mucho a Clara y le ha hecho ponerse muy contenta, hasta que su padre se ha enterado de que ha suspendido el examen de matemáticas: “¡Te he dicho muchas veces que no estudias lo suficiente! ¡Ponte las pilas de una vez!”

Para cenar, ella y su hermano han hecho la ensalada y su madre les ha dicho que son unos excelentes cocineros.

1. ¿Qué puede haber influido hoy en la autoestima de Clara?
2. ¿Qué personas la han reforzado y estimulado?
3. ¿De qué manera se ha mejorado y reforzado su autoestima?
4. ¿Qué comentarios pueden haber disminuido su autoestima? ¿Cómo los sustituirías correctamente?

8.6. Anexo 6: Contenido y material de la sesión 6.

Sesión 6: Inteligencia emocional	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Identificar los sentimientos y emociones de los hijos y ayudarles a regularlas.• Conocer las emociones que pueden tener los niños ante determinadas situaciones.• Enseñar formas de manejar el enfado con los hijos.
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Importancia de la educación emocional• Relación de determinadas situaciones con emociones concretas• El diálogo
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	<p>En primer lugar, se les da la bienvenida a los asistentes, se les agradece su participación y se les anima a seguir trabajando. Seguidamente, se hará un pequeño resumen de la sesión anterior a modo de recordatorio y se recuerda que en las sesiones 5 y 6 se está abordando el desarrollo emocional.</p> <p>Para comenzar, mediante las transparencias de la sesión (Anexo 6.1), se les mostrará a los asistentes un texto de Punset (2008) sobre la importancia que tiene la educación emocional por parte de los padres hacia los hijos.</p> <p>A continuación, se les explicará que según Bisquerra (2012) la educación emocional tiene como objetivos:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Aprender más sobre las propias emociones.2. Identificar las emociones de los demás.3. Desarrollar la capacidad de regulación emocional4. Controlar los sentimientos negativos y sus efectos.5. Desarrollar la habilidad para gestionar emociones positivas. <p>Seguidamente, se pondrán en común situaciones que hayan tenido los padres con sus hijos, preguntas que les han hecho para saber sus emociones, etc. Se reforzará el hecho de no fijarse solamente en las emociones cuando los hijos están enfadados, si no que les pregunten en varios momentos del día, como puede ser al salir del colegio, con la finalidad de que los niños/as aprendan a expresar sus emociones de forma espontánea.</p> <p>También será importante enseñar a los padres la importancia que tiene conocer las situaciones que generan en los niños unas determinadas emociones, para saber cómo actuar ante ellas. Los padres podrán compartir estas situaciones con el resto del grupo. Una vez hayan compartido</p>

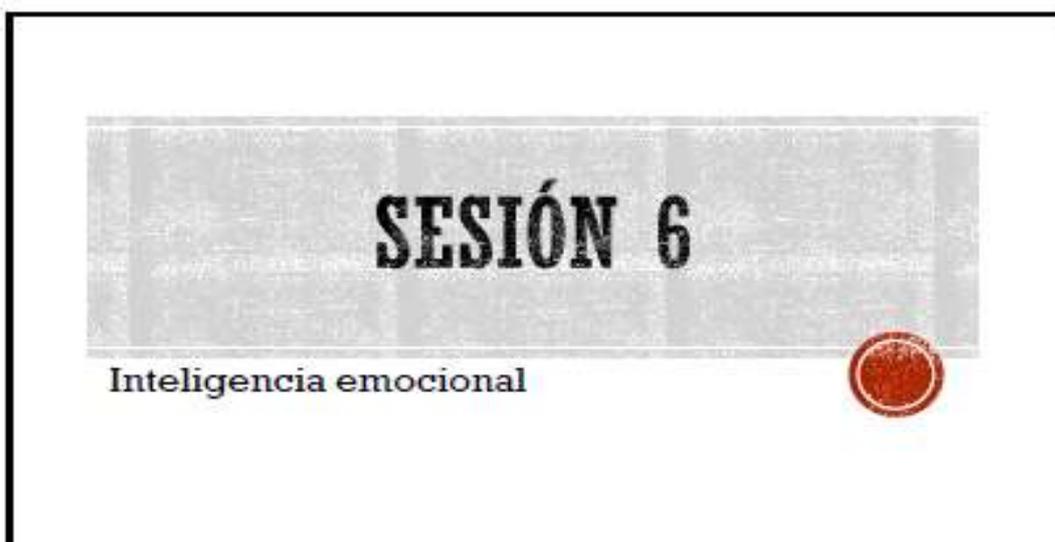
situaciones, se vuelve a hacer referencia a la importancia de la escucha activa y de la asertividad, estrategias vistas en sesiones anteriores, y se aclarará que mediante ellas debemos utilizar el diálogo cuando tenemos un conflicto o en situaciones de ira, enfado, etc. Es importante enseñar a los padres que hay que fomentar la comunicación, buscar un momento para hablar y escuchar, prestando atención a lo que los niños/as nos están contando, y que nos cuenten como se encuentran, si han tenido algún conflicto ese día, etc.

A continuación, se realizará la actividad “¿Qué harías?”, que consistirá en describir una serie de situaciones para que entre todos se comente la posible influencia de las respuestas de los padres en las conductas futuras de los hijos/as. Ya que, dependiendo de las respuestas de éstos, los hijos actuarán de una manera u otra para conseguir siempre lo que quieren. Si algún participante considera que hay alguna emoción que no sabría tratar, se compartirá con el resto del grupo para buscar una respuesta. Después de contestar las preguntas individualmente, se expondrán las respuestas en grupo para debatirlas.

- Estáis haciendo la compra y tu hijo quiere un juguete nuevo, como le dices que no, él protesta y se pone a llorar y gritar, ¿qué haces?
- A tu hija no le gusta lo que le has hecho de cenar y quiere que le hagas una hamburguesa, entonces tira la cena a la basura, ¿qué haces?
- El niño tiene miedo de dormir sólo en su habitación, ¿qué haces?
- Tu hija no quiere ponerse la ropa que le has sacado y coge una rabieta, ¿qué haces?

Al finalizar la sesión dejamos 10 minutos de dudas y comentarios para que los asistentes nos expongan sus inquietudes, dudas, observaciones, etc. Es importante también reforzar positivamente a los padres. Además, se les agradece su participación y colaboración.

6.1. Transparencias de la sesión 6



SESIÓN 6

Inteligencia emocional

INTELIGENCIA EMOCIONAL:

"Para los padres la educación emocional significa llegar a comprender los sentimientos de los hijos y ser capaz de calmarlos y guiarlos. Cuando los padres ofrecen empatía a sus hijos y les ayudan a enfrentarse a las emociones negativas se crean lazos de lealtad y de afecto entre padres e hijos. Para los hijos la inteligencia emocional se traduce por la habilidad de controlar los impulsos y la ansiedad, tolerar la frustración, motivarse a sí mismos, comprender las señales emocionales de los demás y mantener el equilibrio durante las épocas de cambios." (Punset, 2008)

EDUCACIÓN EMOCIONAL. OBJETIVOS:

1. Aprender más sobre las propias emociones.
2. Identificar las emociones de los demás.
3. Desarrollar la capacidad de regulación emocional.
4. Controlar los sentimientos negativos y sus efectos.
5. Desarrollar la habilidad para gestionar emociones positivas.



ACTIVIDAD:

► ACTIVIDAD: ¿QUÉ HARÍAS?



• PREGUNTAS:

1. Estáis haciendo la compra y tu hijo quiere un juguete nuevo, como le dices que no, él protesta y se pone a llorar y gritar, ¿qué haces?
2. A tu hija no le gusta lo que le has hecho de cenar y quiere que le hagas una hamburguesa, entonces tira la cena a la basura, ¿qué haces?
3. El niño tiene miedo de dormir sólo en su habitación, ¿qué haces?
4. Tu hija no quiere ponerse la ropa que le has sacado y coge una rabieta, ¿qué haces?



¡¡GRACIAS POR SU ATENCIÓN!!



8.7. Anexo 7: Contenido y material de la sesión 7.

Sesión 7: Negociemos	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Negociar mutuamente y de manera próspera para alcanzar una solución positiva del conflicto.• Conocer la influencia de los conflictos familiares en las conductas de los hijos.• Identificar estrategias adecuadas e inadecuadas para resolver conflictos
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Concepto de negociación y sus etapas• Formas erróneas de resolver conflictos (autoritarismo, permisividad y evitación)
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	<p>Para empezar, se les recordará la sesión anterior y se les preguntará a los padres si han puesto en práctica lo aprendido sobre la inteligencia emocional, y también si le han prestado más atención al diálogo, al poder hablar con los hijos y escucharlos activamente, dejando de lado otras cosas y prestando atención sólo a los niños/as, y qué conclusiones han podido extraer de esto.</p> <p>A continuación, se hará referencia a que en la sesión se va a plantear la importancia de los conflictos, ya que es lógico y natural que en todas las relaciones surjan conflictos, los cuales nos pueden ayudar a crecer.</p> <p>Se les explicará que durante la sesión vamos a aprender a identificar formas adecuadas e inadecuadas de resolver conflictos, especialmente a través de la negociación, que consiste en tratar un asunto para llegar a un acuerdo o solución. Cuando se negocia todas las partes deben quedar finalmente satisfechas, y no existen vencedores ni perdedores. Se trata de dialogar y proponer medidas en las que todas las partes implicadas estén de acuerdo.</p> <p>Posteriormente, se definirán las cinco etapas del proceso de negociación:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Preparación: Se plantean los objetivos, es decir, lo que se quiere conseguir una vez finalice la negociación2. Antagonismo: Se expone nuestra posición y se contemplan hipotéticamente los objetivos de la otra parte.3. Marco común: Se muestra la intención de cooperar. Aquí es interesante que veamos la técnica que se conoce como "Min-Max", y consiste en que ambas partes consideren qué es lo mínimo que se puede aceptar, y qué es lo máximo que se puede ceder.4. Propuestas: Se proponen soluciones, ofertas y contraofertas.5. Cierre: Se tiene que aceptar un acuerdo final, y empezar a ponerlo en marcha.

Por otra parte, deben quedar también claras las siguientes ideas de las otras formas de resolver los conflictos:

- El autoritarismo es una estrategia inadecuada porque las necesidades de los hijos no se tienen en cuenta y esto facilita la falta de motivación para seguir la norma o solucionar el conflicto.
- La permisividad tampoco es adecuada, pero en este caso son las necesidades de los padres las que no se tienen en cuenta. El empleo de esta estrategia da lugar a la violación de las normas y a los problemas de conducta. Sin embargo, cuando los hijos son muy tímidos la permisividad puede ser beneficiosa.
- La evitación impide el diálogo y esto provoca que las relaciones se hagan cada vez más complicadas.

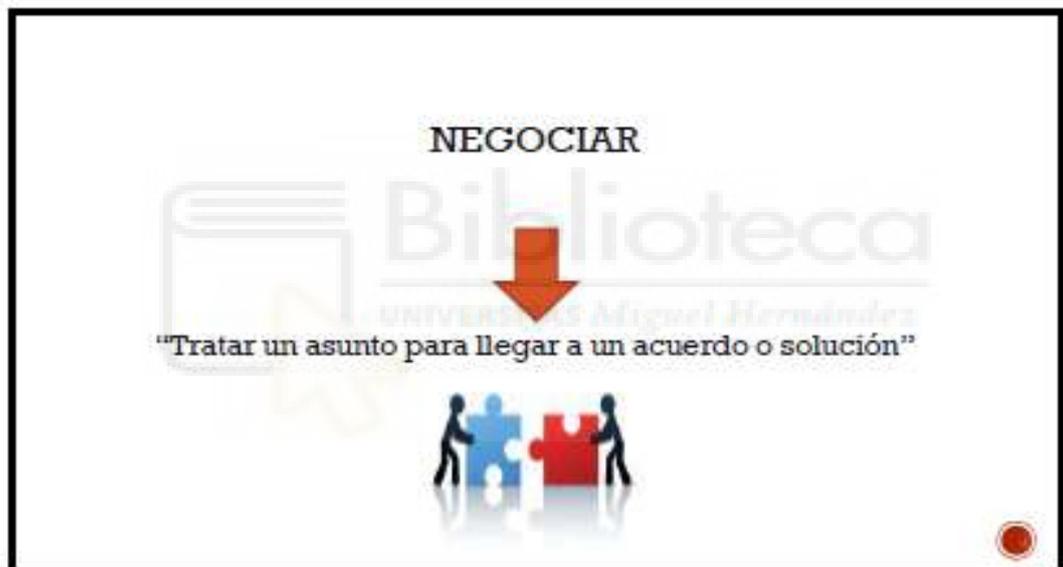
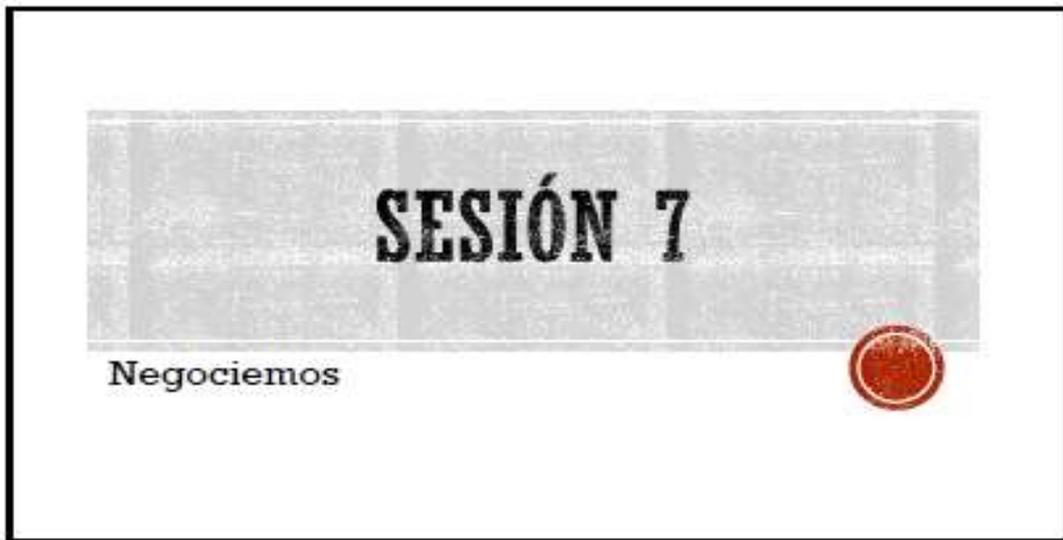
Tras esta introducción, los asistentes deben trabajar en la resolución de conflictos para mejorar sus habilidades mediante dos actividades. Para ello, se les pedirá que formen grupos de cuatro personas para trabajar dos situaciones hipotéticas descritas en dos fichas que se les dará a cada grupo con sus correspondientes preguntas (Anexo 7.2). Posteriormente, cada grupo expondrá sus conclusiones. Con la actividad "Situaciones hipotéticas" se pretende enseñar a identificar las diferentes formas de intentar resolver conflictos paterno-filiales y las ventajas y desventajas de cada una.

En la segunda actividad, "Solucionamos conflictos", los mismos grupos deben escribir una posible conversación entre los padres y los hijos de los conflictos anteriores, solucionando ambos conflictos a través de la negociación. Posteriormente, una pareja de cada grupo debe hacer una representación de una de las situaciones, y los demás comunicarán los aspectos positivos de cada representación. Se les preguntará además a cada grupo:

1. ¿Cómo te has sentido?
2. ¿Te ha parecido difícil tu representación a tu personaje? ¿Por qué?

Para terminar, será fundamental que a través del refuerzo positivo se les haga comprender a todos los padres que son capaces de resolver los conflictos adecuadamente. Además, dejaremos 5 minutos para que los asistentes puedan expresar sus dudas y comentarios.

7.1. Transparencias de la sesión 7



- **Autoritarismo** → facilita la falta de motivación para seguir la norma o solucionar el conflicto.
- **Permisividad** → violación de las normas y a los problemas de conducta. Excepción: hijos tímidos.
- **Evitación** → impide el diálogo y esto provoca que las relaciones se hagan cada vez más complicadas.



¡¡GRACIAS POR SU ATENCIÓN!!



7.2. Fichas de trabajo para la actividad “Situaciones hipotéticas”

Ficha 1

Marcos es un chico de once años. Esta es la conversación que mantiene con sus padres:

Marcos: La semana que viene quiero ir a la fiesta de cumpleaños de mi amigo Pedro.

Padre: ...

Marcos: ¿Me has escuchado? Que quiero ir a la fiesta de cumpleaños con mis amigos.

Padre: Mira, hijo, para la semana que viene todavía queda, así que ya veremos para entonces.

Marcos: Pero es que tiene que organizar el cumpleaños y le tenemos que decir quienes vamos.

Madre: ¿Has estudiado para el examen de mañana?

Padre: Eso, ¿Has estudiado?

Marcos: Si, he estudiado. ¿Pero qué pasa con lo de la fiesta?

Madre: ¿No has escuchado lo que te ha dicho tu padre? De aquí a la semana que viene pueden pasar muchas cosas... Vete y ponte a estudiar un rato, que a ver que examen vas a hacer tú.

Marcos: ¡Pero Pedro me va a llamar ahora mismo para que le diga si voy!

Padre: Yo me voy a dormir, que no tengo ganas de discutir.

Madre: Yo tengo que hacer una llamada.

Marcos: ...

1. ¿Qué estrategias usan los padres de Marcos para resolver la situación?
2. ¿Qué ventajas y desventajas tienen estas estrategias para resolver problemas?

Ficha 2

Andrea es una chica de catorce años. Un sábado a las once de la noche mantiene esta conversación con su madre:

Andrea: Mamá me voy.

Madre: ¿A dónde te vas a esta hora? Ya es tarde.

Andrea: Tengo once años, ¿No voy a poder ser libre nunca? ¿Yo te digo a ti lo que tienes que hacer? Me voy a una fiesta.

Madre: ¿Y a qué hora vas a venir? No vengas tan tarde como el otro día. ¿Qué le digo ahora a tu padre?

Andrea: Dile que estoy viendo una película en casa de Laura.

Madre: Como tu padre se entere se enfadará con las dos.

Andrea: Si tú no le dices nada seguro que no se va a enterar, y además, si se entera me da igual.

Madre: Bueno, mejor vete ya, pero mañana me tendrás que ayudar a limpiar la casa.

Andrea: Que sí, mañana te ayudo. Me voy que llevo tarde.

Madre: Anda toma, llévate dinero por si lo necesitas y lleva cuidado.

1. ¿Qué estrategias usan los padres de Marcos para resolver la situación?
2. ¿Qué ventajas y desventajas tienen estas estrategias para resolver problemas?

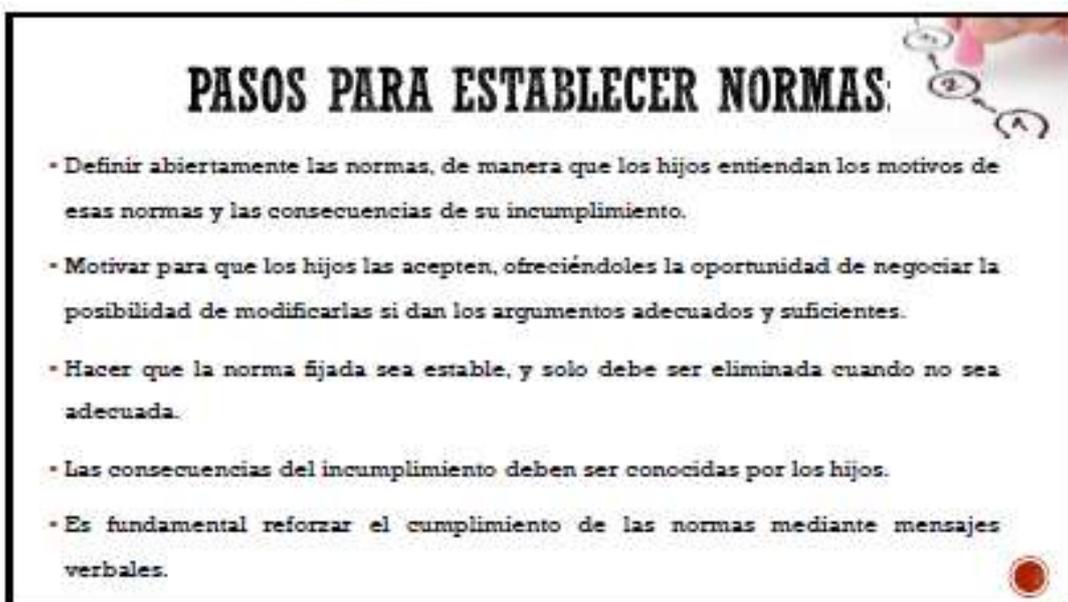
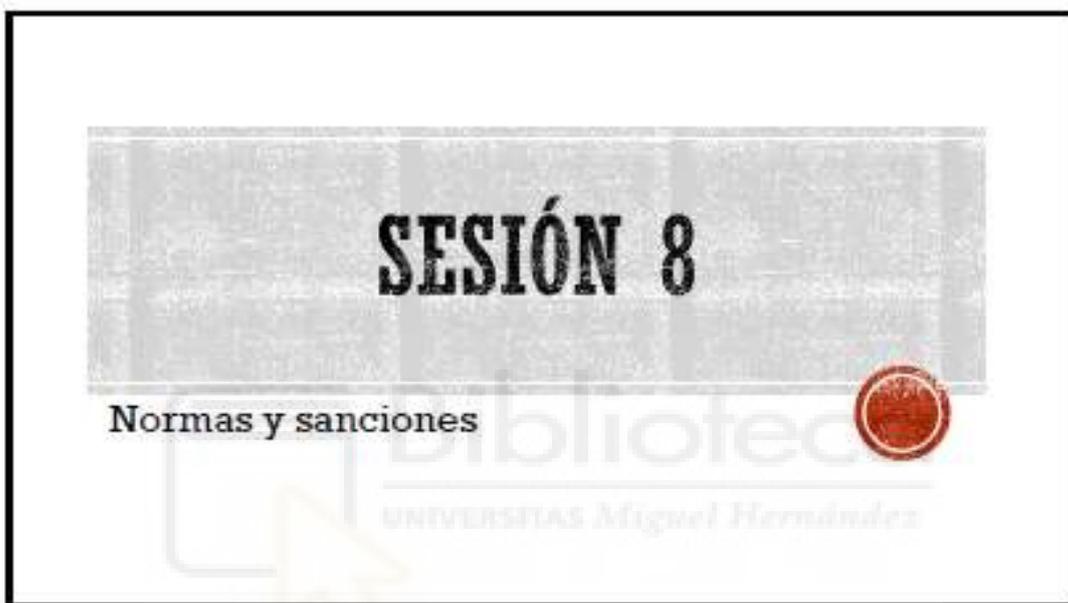
8.8. Anexo 8: Contenido y material de la sesión 8.

Sesión 8: Normas y sanciones	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Aprender a dar instrucciones claras y apropiadas, establecer límites y normas, así como expectativas y consecuencias.
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Pasos a seguir para el establecimiento de normas y límites• Características de las normas y sanciones apropiadas• Importancia de supervisar
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	<p>Para empezar, se les dará la bienvenida a los padres y madres, se les agradecerá su participación y se les animará a seguir trabajando y reflexionando sobre su papel como padres y madres. Seguidamente, se hará un pequeño resumen de la sesión anterior.</p> <p>A continuación, se mostrará a los padres la importancia de establecer normas que indiquen a los hijos/as los comportamientos que se esperan de ellos, es decir, qué cosas son aceptables y cuáles no. Para ello, hay que seguir una serie de pasos que se les expondrá a los padres a continuación:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Definir abiertamente las normas, de manera que los hijos entiendan los motivos de esas normas y las consecuencias de su incumplimiento.2. Motivar para que los hijos las acepten, ofreciéndoles la oportunidad de negociar la posibilidad de modificarlas si dan los argumentos adecuados y suficientes.3. Hacer que la norma fijada sea estable, y solo debe ser eliminada cuando no sea adecuada.4. Las consecuencias del incumplimiento deben ser conocidas por los hijos.5. Es fundamental reforzar el cumplimiento de las normas mediante mensajes verbales (por ejemplo: “bien hecho”). <p>Además, con el apoyo de las transparencias de la sesión (Anexo 8.1) se describirán seguidamente las características principales de las normas y sanciones apropiadas.</p> <p>Antes de pasar a las actividades correspondientes a la sesión, los padres deben tener claro que además de imponer normas y sanciones adecuadas, es necesario supervisar el comportamiento general de los hijos, tanto en casa, como en el colegio y con los amigos para comprobar si se cumplen o no las normas familiares establecidas.</p> <p>Tras la explicación teórica, para practicar el establecimiento de normas, se realizará la actividad “Establecemos las normas”. Para ello, los participantes harán grupos de 3 personas y deberán elegir una norma a comunicar a sus hijos siguiendo un esquema que se les entregará a cada</p>

grupo para seguir los pasos que se han visto en la sesión. Posteriormente, se hará una puesta en común con todos los asistentes y se reforzará y dirá los aspectos a mejorar a cada grupo.

Al finalizar la sesión dejamos 10 minutos de dudas y comentarios para que los asistentes nos expongan sus inquietudes, dudas, observaciones, etc. Además, se les agradecerá su participación y colaboración.

8.1. Transparencias de la sesión 8



CARACTERÍSTICAS DE NORMAS Y SANCIONES:

NORMAS	SANCIONES
Adaptadas a la edad	Coherentes
Realistas y claras	Proporcionales a la gravedad de las conductas
Negociadas	Que disminuyan las conductas castigadas
Explicadas	Efectivas siempre que la norma se incumpla

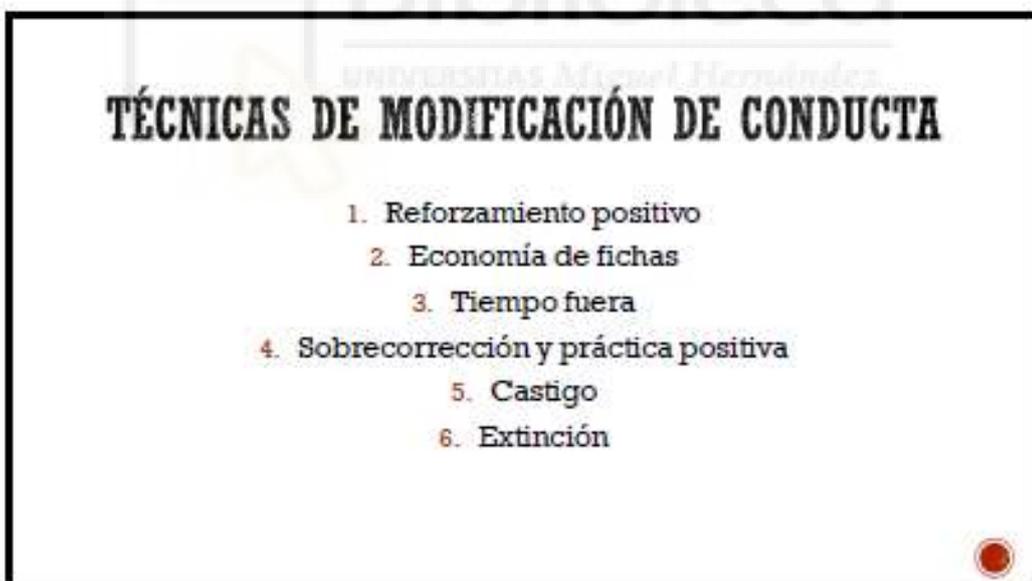
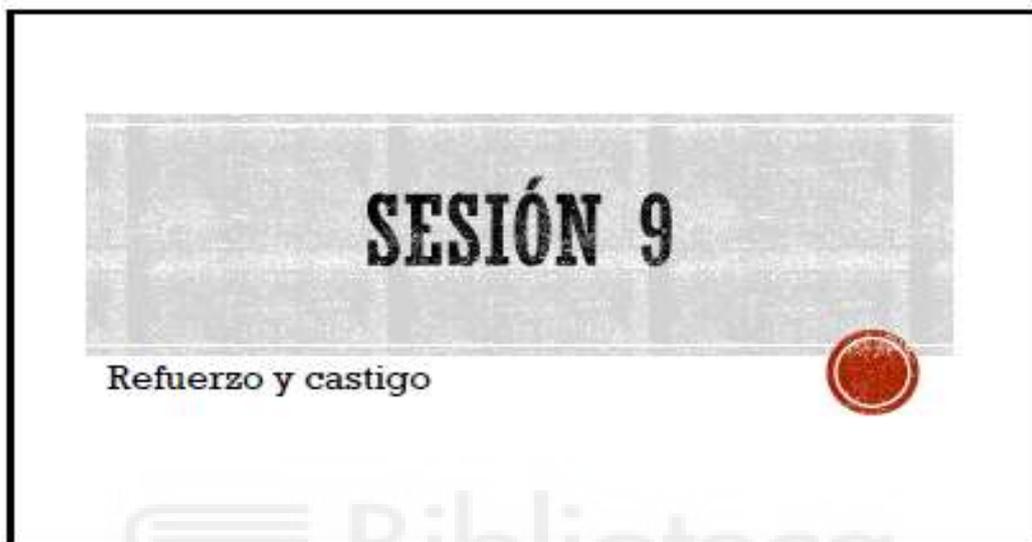


8.9. Anexo 9: Contenido y material de la sesión 9.

Sesión 9: Refuerzo y castigo	
Objetivo:	<ul style="list-style-type: none">• Conocer y saber utilizar el reforzamiento positivo y las técnicas de castigo.
Contenidos:	<ul style="list-style-type: none">• Descripción de técnicas de modificación de conducta
Tiempo:	60 minutos
Desarrollo:	
<p>Para comenzar, se dará la bienvenida a los asistentes, se les agradecerá su participación y se les animará a seguir trabajando. Se hará un pequeño resumen de la sesión anterior a modo de recordatorio y se les preguntará a los asistentes si han puesto en práctica el establecimiento de normas mediante los pasos que se vieron en la sesión anterior. Una vez comentado lo anterior, se comenzará una breve introducción de esta sesión y se hará hincapié en que la familia sigue siendo un contexto de desarrollo fundamental para los hijos.</p> <p>Es importante resaltar aquí que los niños con el problema de conducta disruptiva son desobedientes, insultan, mienten y se muestran agresivos con las personas de su alrededor, por ello, los padres deben enfrentarse a tiempo a estos comportamientos para que no se intensifiquen en la adolescencia. Esta sesión está dirigida a enseñar distintas técnicas y estrategias de modificación de conducta que les ayudarán a controlarlas o eliminarlas.</p> <p>A continuación, con ayuda de las transparencias de la sesión (Anexo 9.1) se les expondrán a los padres las técnicas y estrategias más adecuadas que pueden emplear para modificar la conducta de sus hijos:</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Refuerzo positivo▪ Economía de fichas▪ Tiempo fuera▪ Sobrecorrección y práctica positiva▪ Castigo▪ Extinción <p>Tras la explicación teórica, se realizará la actividad “Rol-playing”. Para ello, los participantes se pondrán por parejas, uno representará el papel de padre/madre y el otro de hijo/a. Cada grupo dispone de 5 minutos para elegir una conducta inadecuada que se desea modificar mediante una de las técnicas aprendidas en la sesión. A cada grupo se le asignará una de ellas con la intención de que se pongan en práctica todas ellas. Una vez que todos los grupos hayan representado sus situaciones, se hará un debate entre todos los asistentes para reflexionar sobre las consecuencias de cada técnica.</p>	

Al finalizar la sesión dejamos 10 minutos de dudas y comentarios para que los asistentes nos expongan sus inquietudes, dudas, observaciones, etc. Además, se les agradecerá su participación y colaboración.

9.1 Transparencias de la sesión 9





1. REFORZAMIENTO POSITIVO

- Se utiliza para conseguir que los hijos se habitúen a realizar una determinada conducta positiva o dejen de hacer una determinada conducta negativa.
- Consiste en ofrecerles algo que le gusta cuando su comportamiento es adecuado, de modo, que obtiene un beneficio por comportarse de manera correcta y es probable que lo repita para conseguir la recompensa.
- Para que la técnica sea más eficaz, la recompensa debe darse de manera inmediata a la realización de la conducta que queremos que se repita y utilizando distintas formas de atención (elogio, aprobación, afecto, etc.).



2. ECONOMÍA DE FICHAS



- Se utiliza para fomentar el desarrollo de conductas adecuadas y disminuir las no deseadas.
- Consiste en elaborar un plan con el niño para entregarle fichas cuando hace las conductas acordadas anteriormente.
- Si consigue un número determinado de fichas, podrá cambiarlas por un premio.
- Esta técnica se puede acompañar con el "coste de respuesta" que consiste en restar fichas o reforzadores cuando se hagan conductas no deseadas.



3. TIEMPO FUERA

- Consiste en mandar al niño a un lugar de la casa que carezca de refuerzo positivo para él y en el que no obtenga recompensas (por ejemplo, sin juguetes, televisión, etc.).
- Para llevarlo a cabo debe hacerse de manera tranquila y haciéndole saber al niño por qué es llevado a esa situación.
- Es necesario que esté en ese lugar hasta que se calme (2 minutos en niños pequeños y 10 en los más mayores).
- Reforzar la conducta si ha sido modificada.



4. SOBRECORRECCIÓN Y PRÁCTICA POSITIVA

- Consiste en que, cuando la conducta inadecuada del niño ha producido destrozos, deberá arreglarlos y hacer prácticas de la conducta positiva.
- EJEMPLO: si el hijo/a ha pintado la pared, se le obligará a limpiar, tanto lo que ha hecho como el resto de la pared.



5. CASTIGO



- Solamente se considera adecuado cuando se emplea ante una conducta agresiva, destructiva o peligrosa para el niño o para otros.
- El castigo debe ser proporcionado a la gravedad de la conducta.
- Es importante hacerle saber al niño el comportamiento que se espera de él, ya que si no se proporciona otro modelo de conducta alternativo, el castigo tendrá un efecto no duradero.



6. EXTINCIÓN

- Consiste en eliminar una conducta inadecuada, en ausencia de reforzadores (por ejemplo: no atender al niño cuando le dan las rabietas, ya que si se le presta atención, se estará reforzando su comportamiento).
- Los efectos de esta técnica son más lentos en aparecer, incluso puede haber un aumento inicial de la conducta a eliminar, aunque comenzará a disminuir progresivamente.



Anexo 10: Cuestionario de evaluación del programa.

**CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DEL PROGRAMA
“PADRES EN ACCIÓN”**

1. Comprensión de los contenidos del programa.

- Muy buena
- Buena
- Normal
- Mala
- Muy mala

2. Adecuación del tiempo.

- Muy buena
- Buena
- Normal
- Mala
- Muy mala

3. Adecuación de los recursos y materiales.

- Muy buena
- Buena
- Normal
- Mala
- Muy mala

4. ¿Cómo calificarías a las actividades realizadas durante el programa?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

5. ¿Cómo calificarías a las explicaciones teóricas impartidas durante el programa?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

6. ¿Qué sesión te ha parecido más útil? ¿Por qué?

7. ¿Qué sesión te ha parecido menos útil? ¿Por qué? ¿Cómo crees que se podría mejorar?

8. Grado de satisfacción con el programa.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

9. Grado de satisfacción con la profesional.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

10. Opinión general (profesional, dinámicas, actividades, participantes, etc.)

Anexo 11: Cuestionario sobre el comportamiento de niños y adolescentes.

Cuestionario sobre el Comportamiento de Niños y Adolescentes (ESPERI)

A continuación encontrará una serie de conductas que expresan niños, niñas y adolescentes. Es importante que responda a todas las preguntas de manera objetiva y veraz, comparando el comportamiento de su hijo/a con otros niños/as de su edad. Para su respuesta tenga en cuenta lo acontecido durante los últimos 6 meses. No deje preguntas sin contestar. Muchas gracias.

Instrucciones: Marque la casilla que más se acerque a su opinión de acuerdo a la escala

	Nunca	Muy Pocas Veces	Algunas Veces	Bastantes Veces	Siempre
1. Es desobediente					
2. Que Ud. sepa, ha robado de la casa o en algún otro lugar					
3. Provoca peleas con otros niños-as/chicos-as					
4. Tiene demasiada actividad o energía					
5. Utiliza la fuerza física para asustar o amenazar a otros niños/chicos					
6. Hace cosas sin pensar en las consecuencias					
7. Lleva la contraria por todo					
8. Tiene amigos que le ayudan					
9. Se cansa enseguida de hacer lo mismo					
10. Manipula para conseguir lo que quiere					
11. Ha contado mentiras de otras personas para hacerles daño					
12. Puede ser cruel con otros niños/chicos o animales					
13. Se distrae con facilidad, tiene poca capacidad de concentración					
14. Es atolondrado/a, muy revoltoso/a					
15. Tiene rabietas o mal genio					
16. Le cuesta esperar en las filas					
17. Rompe juguetes o elementos de la casa					
18. Se niega a cumplir las normas					
19. Se levanta del asiento cuando se espera que esté sentado					
20. Culpa a los demás de sus problemas o errores					
21. Va a lo suyo, no le interesan los problemas de los demás					
22. Habla mucho o no escucha					
23. Se pelea con otros niños/chicos					
24. Hace cosas sin pensar de las que luego se arrepiente					
25. Pierde el control con frecuencia, tiene rabietas					
26. Que Ud. sepa, va en pandilla a pelearse con otros					
27. Molesta a los demás a propósito					
28. Pierde cosas					
29. Amenaza o provoca a otros niños-as/chicos-as					
30. Que Ud. sepa, ha prendido fuego a propósito					
31. Se enfada o pierde el control si las cosas no son como él quiere					
32. Comete errores por no fijarse					
33. "Pasa" de los problemas de los demás					
34. Le cuesta esperar					
35. Hace pellas o novillos					
36. Esta permanentemente irritado					
37. Discute por todo					
38. Molesta a otros niños-as/chicos-as a propósito					
39. Utiliza un lenguaje muy soez e insultante					

40. Anima a otros a no relacionarse o a molestar a ciertos niños/chicos					
41. Se muestra resentido y enfadado hacia los adultos					
42. Se junta con otros chicos/as que se meten en problemas					
43. Miente o hace trampas					
44. Es habitualmente desordenado					
45. Ha obligado a algún otro niño/chico a hacer cosas que no quería					
46. Utiliza cosas de los demás sin permiso					
47. Ha hecho el vacío a alguien para hacerle daño					
48. Coge cosas que no son suyas y se las queda					
49. Incumple los horarios					
50. Interrumpe o contesta antes de que se le acabe de preguntar					
51. Humilla o se burla de otras personas					
52. Deja tareas sin completar o a medias					
53. Está todo el tiempo acelerado, "como una moto"					
54. Ridiculiza a otros					
55. Utiliza la fuerza física para asustar/amenazar a otros niños/chicos					
56. Cree que los demás tratan de perjudicarlo					
57. Parece no sentirse culpable cuando hace algo mal o daño a alguien					
58. Disfruta criticando a los demás					
59. Miente sobre otras personas					
60. Es muy desorganizado					
61. Tiene en cuenta las opiniones de los demás					
62. Resuelve los problemas dialogando					
63. Puede hablar de sus problemas con otras personas					
64. Se siente mal cuando hace algo incorrecto					
65. Hace caso a los adultos					
(Sólo para chicos mayores de 11 años) Que Ud. sepa:					
66. Se emborracha					
67. Usa drogas					
68. Ha entrado en propiedades privadas para robar					
69. Ha tenido problemas por consumir drogas/alcohol					
70. Hace pellas/campanas					

Anexo 12: Escala de Funcionamiento Parental.

Escala de Funcionamiento Parental (EFP)

Las frases a continuación intentan reflejar aspectos del trato, educación y relación que usted mantiene con su hijo/a. Si tiene más de un hijo/a, responda en referencia al hijo/a con el problema de conducta. Responda en función del grado de acuerdo la opción que más se aproxime a su realidad.

	0	1	2	3	4	5	6					
	Totalmente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Neutral	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Totalmente de acuerdo					
1	Facilito la expresión de sentimientos en mi hijo/a, tanto positivos como negativos.					0	1	2	3	4	5	6
2	A pesar de que intento marcar límites, el afecto que tengo hacia mi hijo/a hace que ceda a sus demandas.					0	1	2	3	4	5	6
3	Agobio a mi hijo/a porque siempre estoy pendiente de él/ella.					0	1	2	3	4	5	6
4	Considero que los padres siempre llevan la razón.					0	1	2	3	4	5	6
5	Muestro comprensión cuando mi hijo/a está dolido/a, frustrado/a o decepcionado/a.					0	1	2	3	4	5	6
6	Muestro interés y motivación por la vida de mi hijo/a.					0	1	2	3	4	5	6
7	Le digo que sí a todo lo que me pide.					0	1	2	3	4	5	6
8	Doy espacio a mi hijo/a para que cumpla con los acuerdos alcanzados sin hipervigilar ni transmitir que desconfío en que los cumpla.					0	1	2	3	4	5	6
9	En mi casa se siguen mis normas, sin dar lugar a la negociación.					0	1	2	3	4	5	6
10	Expreso afecto con abrazos, besos y caricias a mi hijo/a.					0	1	2	3	4	5	6
11	Percibo y tengo en cuenta las necesidades de mi hijo/a.					0	1	2	3	4	5	6
12	Evito decirle nada a mi hijo/a cuando incumple las normas con tal de no discutir.					0	1	2	3	4	5	6
13	Intento controlar la vida de mi hijo/a en todo momento.					0	1	2	3	4	5	6
14	Impongo normas a mi hijo/a, y las argumento con frases del tipo: "Esto se hace porque yo lo digo".					0	1	2	3	4	5	6
15	Alimento el sentimiento de que estar con mi hijo/a es disfrutar de él/ella.					0	1	2	3	4	5	6
16	Sacrifico parte de mi descanso o aficiones para compartir tiempo con mi hijo/a y atender sus demandas afectivas.					0	1	2	3	4	5	6
17	Me mantengo firme en los acuerdos que alcanzo con mi hijo/a. R					0	1	2	3	4	5	6
18	Me preocupo y desconfío de mi hijo/a cada vez que sale a la calle.					0	1	2	3	4	5	6
19	Impongo castigos muy duros a mi hijo para que aprenda y nunca más vuelva a desobedecer.					0	1	2	3	4	5	6
20	Animo a mi hijo/a a que hable conmigo de los temas que le preocupan o interesan.					0	1	2	3	4	5	6

Anexo 13: Instrumento de Modo de Conflicto.

Instrumento de Modo de Conflicto

Considere situaciones en que en sus deseos difieren de los de otra persona. ¿Cómo responde generalmente a dichas situaciones? Encontrará varios enunciados que describen posibles comportamientos al reaccionar ante estas diferencias. Para cada par de enunciados, rodee la A o B que corresponda al enunciado que sea más característico de su propio comportamiento.

1. a. En ocasiones dejo a otro que asuma la responsabilidad de resolver el problema.
b. En lugar de negociar sobre los aspectos en que no estamos de acuerdo, yo trato de enfatizar los puntos en lo que si estamos de acuerdo.
2. a. Trato de encontrar una solución en que ambos transigimos.
b. Intento manejar todos mis intereses, así como también todos los intereses de la otra persona.
3. a. Habitualmente intento alcanzar mis metas con firmeza.
b. Intento apaciguar los sentimientos de la otra persona y conservar nuestra relación.
4. a. Trato de encontrar una solución en que ambos transigimos.
b. Algunas veces sacrifico mis propios deseos por los deseos de la otra persona.
5. a. Consistentemente busco la ayuda de la otra persona para encontrar una solución.
b. Trato de hacer lo que sea necesario para evitar tensiones inútiles.
6. a. Trato de evitar crearme una situación desagradable.
b. Trato de triunfar en mi postura.
7. a. Intento posponer el asunto hasta que tenga tiempo para pensarlo.
b. Renuncio a ciertos puntos para ganar a otros.
8. a. Generalmente soy firme en la persecución de mis metas.
b. Intento expresar abiertamente todas las preocupaciones y problemas de inmediato.
9. a. Siento que no siempre vale la pena preocuparme por las diferencias.
b. Me esfuerzo por ganar mis metas.
10. a. Soy firme para lograr mis metas.
b. Intento encontrar una solución en que ambos transigimos.
11. a. De inmediato intento sacar a la luz todos los problemas.
b. Intento apaciguar los sentimientos de la otra persona y conservar nuestra relación.
12. a. En ocasiones evito expresar opiniones que puedan crear controversia.
b. Lo dejo que conserve algo de su posición si el me deja conservar algo de la mía.
13. a. Propongo transigir.
b. Presiono para dejar bien clara mi posición.
14. a. Explico mis ideas a la otra persona y le pido que me explique las suyas.
b. Intento demostrar la lógica y beneficios de mi postura.
15. a. Me pongo en el lugar de la otra persona para comprenderlo bien.
b. Prefiero meditar concienzudamente antes de decidir que hacer.
16. a. Cedo en algunos puntos con tal de dejar satisfecha a la otra persona.
b. Defiendo con ahínco mi postura.
17. a. Usualmente persigo mis metas con firmeza.
b. Intento hacer lo que sea necesario para evitar tensiones inútiles.

18. a. Dejo que la otra persona sostenga su punto de vista si esto la hace feliz.
b. Dejo que la otra gane algunos argumentos si me permite ganar a mí algunos de los míos.
19. a. De inmediato intento sacar a la luz todos los intereses y problemas.
b. Intento posponer los problemas hasta que ha tenido tiempo de pensar.
20. a. De inmediato intento tratar nuestras diferencias.
b. Intento encontrar una justa combinación de puntos ganados y perdidos para ambos.
21. a. Al abordar las negociaciones, intento ser considerado hacia los deseos de la otra persona.
b. Siempre me inclino a tener abierta solución de problema.
22. a. Intento encontrar una postura intermedia entre su opinión y la mía.
b. Afirmando mis deseos.
23. a. Con frecuencia me interesa mucho satisfacer todos nuestros deseos.
b. En ocasiones dejo que otros asuman la responsabilidad de resolver el problema.
24. a. Si la opinión de la otra persona parece ser muy importante para él, intentaría cumplir con sus deseos.
b. Intento hacerlo transigir.
25. a. Intento mostrarle la lógica y los beneficios de mi postura.
b. Al abordar las negociaciones, intento ser considerado hacia los deseos de la otra persona.
26. a. Propongo que ambos transijamos.
b. Casi siempre me interesa satisfacer todos nuestros deseos.
27. a. En ocasiones evito asumir posturas que puedan crear controversias.
b. Dejo que la otra persona sostenga sus puntos de vista si esto lo hace feliz.
28. a. Usualmente persigo mis metas con firmeza.
b. Usualmente busco la ayuda de la otra persona para encontrar una solución.
29. a. Propongo que ambos transijamos.
b. Siento que no siempre vale la pena preocuparse por las diferencias.
30. a. Intento no lastimar los sentimientos de la otra persona.
b. Siempre comparto el problema con la otra persona, con el fin de llegar a una solución.