

**Cómo citar este artículo:**

Cantero, M. y González, J. (2022). La promoción de la resiliencia parental en familias con hijos con problemas de conducta. *MLS Psychology Research*, 5 (1), 7-19. doi: 10.33000/mlspr.v5i1.773.

## **LA PROMOCIÓN DE LA RESILIENCIA PARENTAL EN FAMILIAS CON HIJOS CON PROBLEMAS DE CONDUCTA**

**María Cantero García**

Universidad Internacional de Valencia (España)

[maria.canterogar@gmail.com](mailto:maria.canterogar@gmail.com) · <https://orcid.org/0000-0002-7716-2257>

**Jesús González Morenos**

Universidad Internacional de Valencia (España)

[jesus.gonzalezm@campusviu.es](mailto:jesus.gonzalezm@campusviu.es) · <https://orcid.org/0000-0002-3968-8864>

**Resumen.** En este artículo realizamos una revisión a cerca del concepto de resiliencia y sus principales implicaciones para la práctica. Con el objetivo de profundizar en las implicaciones prácticas de este concepto, se realiza un análisis de los distintos programas de intervención destinados a padres y madres que tienen hijos *preadolescentes* y *adolescentes* con problemas de conducta. Dada la ausencia de intervenciones basadas en promover la resiliencia parental, se presenta un programa destinado a la prevención y la promoción de competencias parentales para apoyar la parentalidad positiva y promover en los padres una mejora en su nivel de resiliencia y bienestar emocional. Entre sus objetivos están: desarrollar estrategias de afrontamiento para gestionar las situaciones adversas que se plantean en el día a día de cara a la tarea de educar a sus hijos/as; promover habilidades parentales que permitan a las familias actuar con eficacia ante los problemas de conducta de los hijos/as, facilitar una buena gestión emocional de los problemas de conducta y ser capaz de recuperarse del impacto que causan los mismos. El programa sigue una metodología experiencial, las familias son agentes activos en el proceso de cambio, y se acompaña de una implementación y una evaluación rigurosa para analizar los cambios que se van produciendo a medida que se avanza en la intervención.

**Palabras clave:** resiliencia; problemas de conducta; parentalidad positiva; educación parental; metodología experiencial

## **THE PROMOTION OF PARENTAL RESILIENCE IN FAMILIES WITH CHILDREN WITH BEHAVIORAL PROBLEMS**

**Abstract.** In this article we make a review of the concept of resilience and its main implications for practice. We carried out an analysis of different intervention programs for parents with preadolescent and adolescent

children to broaden our understanding about the practical implications of this concept. Given the absence of interventions based on promoting parental resilience, we present a program for the prevention and promotion of parental competencies to support positive parenting and promote in parents an improvement in their level of resilience and emotional well-being. The main objectives of this program are: the development of strategies to manage the adverse situations that arise in the daily life related to the task of educating children; to promote parental skills that enable families to effectively respond to children's behavioral problems, to facilitate good emotional management of behavior problems, and to be able to recover from the impact caused. The program follows an experiential methodology, families are active agents in the process of change, and is accompanied by a rigorous implementation and evaluation to analyze the changes that occur as the intervention progresses.

**Keywords:** resilience; behavior problems; positive parenting; parental education; experiential methodology

## Introducción

La tarea de educar a un hijo/a, es una tarea difícil, más aún cuando nos encontramos con niños/as que tienen problemas de comportamiento (agresividad, rebeldía, problemas sociales y emocionales, desobediencias). Dichos problemas constituyen una preocupación en el ámbito familiar (Montiel-Nava, Montiel-Barbero y Peña, 2005; Robles & Romero Triñanes, 2011) hasta el punto en que, de acuerdo con un estudio epidemiológico realizado con una muestra de 1.220 padres y madres, el 59,6% cree que su hijo presenta problemas de comportamiento y el 52% cree necesitar ayuda psicológica para resolver los problemas señalados (Cantero-García & Alonso-Tapia, 2018). El modo en que los padres se enfrentan a tales problemas afecta no sólo al comportamiento de los hijos, sino al propio bienestar psicológico de los padres (Luengo Martín, 2014; Pérez, Menéndez & Hidalgo, 2014). La gestión de estos comportamientos se puede convertir a veces en una situación vital estresante, una situación adversa, por lo que en ocasiones los padres pueden demandar ayuda para enfrentarse a este tipo de situaciones. Tales situaciones pueden provenir de hechos repentinos o de crisis importantes por las que atraviesa la familia, pero también de situaciones más normativas y esperables, como la transición vital que representa la llegada de los hijos a la preadolescencia y adolescencia (Rodríguez, Martín y Rodrigo, 2010).

Ante estas situaciones lo más normal es que los padres se hagan preguntas del tipo: - ¿qué estoy haciendo mal? ¿qué está fallando? ¿por qué a mí? ¿por qué mi hijo/a? ¿qué puedo hacer? ¿quién me puede ayudar? – Para dar respuesta a estos interrogantes se considera necesario, por un lado, trabajar con los padres aspectos básicos de la psicología positiva, tal como: su nivel de resiliencia y bienestar emocional, aspectos que van a contribuir a la mejora del bienestar psicológico de los padres, así como a la mejora del clima familiar, y por otro, trabajar sobre la promoción de unas pautas educativas eficaces, basadas en el ejercicio de la parentalidad positiva, que ayuden a ejercer su rol parental de forma adecuada, además, se considera que dichas pautas también pueden contribuir de manera significativa a la mejora del bienestar emocional de los padres y a la mejora de los problemas de comportamiento de los hijos/as.

El objetivo del presente estudio, trata por una parte de realizar una revisión sobre el concepto de resiliencia, así como, sobre las múltiples definiciones que en los últimos tiempos se han dado de este concepto y su aplicación al ámbito familiar. Y, por otra parte, conocer las distintas intervenciones orientadas a trabajar la resiliencia de los padres que tienen hijos con problemas de conducta. Debido a la carencia de este tipo de programas

se tomó la decisión de describir el diseño de una propuesta de intervención para trabajar estos aspectos.

El origen del concepto de resiliencia se remonta a partir de investigaciones como la de Rutter (1987), en la que argumenta que ante una situación difícil es importante reducir la percepción de amenaza ya que ésta puede derivar en un afrontamiento desadaptativo. Además, este autor resalta que es importante dar sentido a las experiencias y neutralizar aquellas negativas. Sin embargo, mejorar el entorno o eliminar las adversidades no hace necesariamente a las personas más resilientes ya que la mera eliminación de las situaciones estresantes no ayuda a enfrentarlas adecuadamente. A pesar de las numerosas investigaciones que se han venido realizando en los últimos tiempos, sigue existiendo un problema de conceptualización en relación con este término, que ha dado lugar a la multitud de definiciones existentes (Windle, 2011). Entre ellas resaltamos la definición de Luthar (2006) en la que destaca la adaptación positiva o recuperación frente a situaciones o experiencias adversas, y esto implica los dos elementos: 1) amenaza significativa y 2) adaptación positiva. Otros autores consideran que la resiliencia es el equilibrio estable en el comportamiento ante un suceso traumático sin afectar al rendimiento y a la vida cotidiana (Skinner y Zimmer-Gembeck, 2007). Más recientemente, Windle (2011) define la resiliencia como el proceso de negociación, gestión y adaptación a fuentes significativas de estrés o trauma, proceso en el que los recursos de los individuos, su vida y su entorno facilitan esta capacidad de adaptación y recuperación frente a la adversidad. Además, este autor señala que la resiliencia no es un rasgo estático, muy al contrario la resiliencia es un proceso dinámico que varía a lo largo del ciclo vital, según los ámbitos y las situaciones. En la misma línea, Alonso-Tapia, Nieto y Ruiz (2013) definen la resiliencia como la adaptación positiva o la recuperación ante situaciones potencialmente aversivas que tienen un alto riesgo de generar un desajuste de la persona. Como puede verse, las diferencias entre los distintos autores citados son más de forma que de fondo, pues todos señalan los dos elementos citados por Luthar. Sin embargo, dado que nuestra intervención se va a centrar en los padres –la familia- es necesario acercarnos al concepto de resiliencia familiar.

Se puede entender la resiliencia familiar considerando a los miembros de la familia en su individualidad (Cowan et al., 1996; Hetherington y Blachman, 1996; Kim, 1998; Woodgate 1999 a,b) o considerando la familia como unidad, desde una perspectiva sistémica (Patterson, 1995; Walsh, 1996). Esta última acepción hace que el concepto de resiliencia familiar aporte una perspectiva nueva al concepto de resiliencia. Frente a la resiliencia individual, la resiliencia familiar se produce cuando la dinámica de las interacciones familiares contribuye a que la familia en su conjunto –no sólo cada uno de sus miembros- no se hunda frente a las adversidades (Lee et al., 2004). Esto también lo recogen autores como Cicchetti (2010), el cual señala que los principales indicadores de resiliencia familiar son: a) flexibilidad mental, b) capacidad para reflexionar sobre las emociones (propias y ajenas) c) tener una imagen positiva de sí mismo, d) creación de un ambiente seguro y protector (estable, sensible y seguro). En la misma línea destacamos el modelo circumplejo de Olson (1997), el cual destaca aspectos claves como son: a) cohesión familiar, b) adaptabilidad familiar y c) comunicación familiar.

Más recientemente, autores como Rodrigo, Máiquez, Martín y Byrne (2008) van más allá y hacen una diferenciación entre resiliencia familiar y resiliencia parental. La primera de ellas hace referencia al proceso dinámico que permite a la familia como sistema abierto reaccionar positivamente ante las amenazas. Los rasgos más característicos de la familia resiliente son la cohesión familiar, el afecto en la pareja, la

valoración y el compromiso familiar, la actitud ética ante la vida, el manejo positivo del estrés, optimismo y visión positiva, el sentido de control sobre los acontecimientos de la vida, la flexibilidad y perseverancia. En cambio, para Rodrigo et al. (2008) la resiliencia parental es entendida como el proceso dinámico que permite a los padres desarrollar una relación protectora y sensible ante las necesidades de los hijos a pesar de vivir en un entorno potenciador de comportamientos poco óptimos. Los rasgos que caracterizan a la resiliencia parental son: reconocimiento de su papel como padres, motivación para el cambio, optimismo y posibilismo en lugar de victimismo y fatalismo, y mayor reciprocidad en las relaciones. Esta idea va en consonancia con lo que autores como Barudy y Dantagnan (2005) proponen para hablar de parentalidad resiliente. Esta diferenciación y aclaración de conceptos, no es suficiente si no contamos con instrumentos fiables para medir dichos conceptos. Por este motivo, investigaciones recientes (Almeida, 2015; Martín, Cabrera, León y Rodrigo, 2013) han elaborado instrumentos de evaluación de competencia y resiliencia parental, aunque estos autores dan un paso más allá, aún queda mucho trabajo por hacer y para facilitar este tipo de resiliencia será necesario, pues, no sólo centrar la atención en los procesos de afrontamiento que subyacen a la resiliencia de cada individuo, sino en los procesos de interacción –de intercambio de percepciones de la situación, de atribuciones de los fenómenos observados, de posibles modos de afrontamiento de los problemas, de modos de asumir y regular las emociones, etc.- que configuran el funcionamiento de la familia frente a la adversidad a lo largo del tiempo.

Todos los aspectos aquí recogidos nos llevan a realizar una búsqueda sobre distintas intervenciones que se han hecho para promover la resiliencia parental en padres con una situación adversa concreta como son los problemas de conducta. Hasta el momento no hemos podido encontrar ninguna intervención para evaluar la eficacia de un programa dirigido a promover la resiliencia en este colectivo, por eso debido a la poca evidencia científica de intervenciones destinadas a este fin, proponemos el diseño de un programa de educación parental que abarque los aspectos teóricos aquí señalados.

### ***El programa ¡Supérate, no tires la toalla!***

En los últimos tiempos, la incorporación de programas de educación parental se ha visto en auge (Martínez-González, 2009; Rodrigo, Máiquez, Martín y Byrne, 2008; Triana y Rodrigo, 2010; Rodrigo, Byrne y Álvarez, 2016). Así, podemos comprobar que existen muchos programas de apoyo psicoeducativo tanto nacionales como internacionales: Strengthening Families Programe (Kumpfer y Molgaard, 1990), Programa de Entrenamiento para Padres (Barkley, 1997), Triple-P (Margaret y Sanders, 2001), Incredible Year (Webster Stratom et al, 2003), Programa de Apoyo a Madres y Padres de Adolescentes (Oliva et al, 2007), Coping Power (Lochman y Wells, 2002; Lochman et al., 2007), EmPeCemos (Romero, Villar, Luengo, Gómez-Fraguela y Robles, 2009), Vivir la Adolescencia en Familia: Un programa de apoyo parental en la adolescencia (Rodríguez, Martín y Rodrigo, 2015). Todos ellos fomentan el uso de competencias parentales adecuadas para hacer frente a los problemas de comportamiento de los hijos tanto en la infancia como en la preadolescencia y adolescencia. Estos programas están centrados en las distintas etapas evolutivas, enseñan técnicas eficaces para el buen manejo de los problemas de conducta y se realizan con un metodología activa y participativa. Además, a través de los programas de entrenamiento, los padres y madres aprenden cómo un cambio en su propio comportamiento puede promover un cambio en

la conducta de sus hijos, lo que implica una mejora en las interacciones cotidianas entre ambos (Kazdin, 1995).

Sin embargo, es notoria la escasez de programas que trabajen la resiliencia y el bienestar emocional de los padres que viven esta problemática. Por este motivo se decidió diseñar el programa de intervención ¡Supérate, no tires la toalla! en el cual se le concede especial importancia a la resiliencia y al bienestar emocional de los padres como variable influyente para la mejora de los problemas de conducta de los hijos. Esta idea va en línea con lo que proponen autores como Amorós, Fuentes-Peláez, Molina y Pastor (2010) que señalan que las prácticas educativas que se establecen en la dinámica familiar son una parte fundamental de la resiliencia parental y de la capacidad de ejercer una parentalidad positiva. El programa se ofrece como recurso versátil que se puede aplicar en distintos ámbitos, tales como; el ámbito educativo, clínico o como programa de prevención y promoción desde el ámbito de los Servicios Sociales. Este programa va en línea de lo que la Recomendación Rec (2006)19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre políticas de apoyo a la parentalidad positiva sobre el uso de los programas de educación parental como apoyo a la parentalidad positiva.

### ***Población a la que va destinado el programa***

El programa va destinado a familias que tengan hijos o hijas con edades comprendidas entre los nueve y los trece años, que tengan altos niveles de estrés debido a los problemas de conducta de sus hijos/as. También va dirigido a aquellas familias que consideren que tengan que mejorar su forma de enfrentarse a los problemas de conducta de sus hijos o aquellas otras familias que crean en la oportunidad que se les brinda de reflexionar sobre su forma de educar, las consecuencias que conlleva de cara a los hijos y enriquecerse con otros modelos. De este modo mejoran su bienestar emocional y afrontan de forma óptima las adversidades que van surgiendo relacionadas con los problemas de comportamiento de sus hijos.

## **Objetivos y competencias parentales**

### ***Objetivos generales***

- Promover la resiliencia y mejora del bienestar emocional de los padres.
- Mejorar los problemas de comportamiento de los hijos.

### ***Objetivos específicos***

- Profundizar sobre los cambios de comportamiento de los hijos en cada etapa evolutiva.
- Trabajar la importancia de la asertividad y la empatía en la comunicación familiar para la mejora de la relación con los hijos.
- Acercarse a las situaciones de estrés parental y conocer estrategias para su manejo.
- Reconocer las propias emociones y manejar las emociones negativas (agresividad, ira, rabia, cólera, tristeza) causadas por el mal comportamiento de los hijos.
- Promover estilos de afrontamiento adaptativos y reducir el uso de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción (autoculpabilización, rumiación, aislamiento).
- Potenciar el humor como herramienta para afrontar las circunstancias difíciles.

- Presentar prácticas educativas alternativas al castigo físico para responder a los malos comportamientos.
- Trabajar la resolución de conflictos en el núcleo familiar.

Durante el desarrollo del programa, se pretende que los padres adquieran nuevas competencias cognitivas, sociales y emocionales que contribuyan a diseñar los nuevos roles que implica el desempeño de la tarea parental. Se trata de que los padres y madres diseñen su propio rol parental, en su propio escenario y contexto familiar, el cuál es único. Para ello no se pretende administrar recetas prescritas sino que las familias puedan pensar su papel como padres teniendo en cuenta no sólo las características evolutivas de sus hijos, sino las características emocionales propias y las del contexto en el que se desenvuelven. Por lo tanto, este programa no sólo pretende trabajar las competencias parentales para mejorar los problemas de conducta, sino que pretende también fomentar las competencias emocionales de los padres para la mejora de su bienestar, contribuyendo de este modo a mejorar las competencias de los hijos e hijas.

Así, a nivel emocional se promueven en los padres capacidades resilientes relacionadas con la asertividad, la autoestima, el autocontrol, las estrategias de afrontamiento activo ante situaciones de estrés, la resolución de conflictos, la visión positiva ante los problemas y las crisis. Además, el programa intenta promover otras habilidades educativas entre las que podemos destacar: a) la aplicación de estrategias para regular el comportamiento de los hijos y b) la utilización de estrategias que mejoren la comunicación familiar. Por último, el programa promueve competencias destinadas a mejorar la autoeficacia parental, el locus de control interno, la percepción del rol parental y la superación de las adversidades que se puedan plantear en el entorno familiar.

### **Contenidos del programa**

Con el fin de cumplir los objetivos y alcanzar las competencias anteriormente descritas, el programa se estructura en 12 sesiones de 90 minutos, que se llevarán a cabo de forma semanal. Además, se desarrollará una sesión cero o sesión inicial cuyo objetivo principal es promover la familiarización del facilitador con el grupo de padres y viceversa, además de establecer las primeras normas del grupo (confidencialidad, respeto, etc.). Además se presenta a las familias los objetivos-contenidos del programa y se reflexiona brevemente sobre la importancia de trabajar los problemas de conducta. A continuación, describimos brevemente cada una de las sesiones.

Sesión 1.- ¿Cómo se comportan nuestros hijos? El objetivo es reflexionar sobre la importancia que tiene conocer el comportamiento de los hijos, así como las características propias de la etapa evolutiva en la que se encuentran. Además, se subraya la importancia de atender la conducta en términos específicos, evitando etiquetar al niño con atributos negativos. Se pretende que los padres identifiquen la espiral de interacciones negativas que posiblemente está afectando a las relaciones con su hijo y se insiste en la necesidad de prestar atención a las conductas positivas, que posiblemente pasan desapercibidas. A lo largo de la sesión, se discuten, modelan y practican formas adecuadas de elogio.

Sesión 2. –Nos ponemos en los zapatos de nuestros hijos. Educar en y desde la asertividad y la empatía es uno de los procesos fundamentales implicados en el desarrollo de las relaciones familiares y específicamente en el desarrollo de las interacciones positivas entre padres e hijos. Trabajar todo esto en una sesión sería demasiado extenso, por lo que se ha decidido dividir esta sesión en dos: en la primera parte, trabajaremos la

asertividad y la empatía, en la segunda parte, que se llevará a cabo la semana próxima se trabajan las habilidades de escucha activa y las habilidades de comunicación positiva. A lo largo de esta sesión, se reflexiona acerca de las características que diferencian a una persona asertiva de una agresiva o pasiva, además, reflexionaremos sobre la importancia que tiene ponernos en el lugar del otro para comprender mejor su forma de actuación.

Sesión 3. – Aprendemos a comunicarnos en familia. Esta sesión se dedica a potenciar las habilidades de comunicación que son necesarias para un buen funcionamiento familiar que serán la base y el apoyo de otras estrategias parentales que veremos en otras sesiones. Una buena escucha y una comunicación adecuada permitirán potenciar en la familia capacidades para valorarse positivamente, cooperar, comprender, manejar sus emociones y relacionarse adecuadamente con los demás. El hecho de que los padres puedan trabajar su asertividad va a contribuir en la mejora del clima familiar, así como en su propio bienestar.

Sesión 4. – Sin estrés estamos mejor. Acercarse a las situaciones de estrés y sus consecuencias para la dinámica familiar, así como trabajar técnicas para su manejo son algunos de los aspectos que se trabajarán en esta sesión. Los padres de niños con problemas de conducta están sometidos a diversas fuentes de estrés crónico, por lo que a lo largo de esta sesión conocerán distintas técnicas para afrontar de forma más saludable el estrés causado por los problemas de comportamiento de sus hijos.

Sesión 5. – Nos conocemos a nosotros mismos. En esta sesión se trabajará sobre la importancia del autocontrol y la autorregulación. Promover estas habilidades junto con la reducción del estrés parental, la asertividad y la empatía van a contribuir a la mejora del clima familiar. Se parte de la idea, que los padres son modelos con un impacto indudable en los niños, por eso, se considera necesario profundizar sobre estas habilidades que permiten conocer mejor las propias emociones y contribuyen de manera significativa a la mejora de la resolución de conflictos.

Sesión 6. - Regulamos el comportamiento I. transmisión de órdenes eficaces, el establecimiento de límites razonables y predecibles e ignorar algunas conductas son tres de los puntos fuertes que necesitan ser potenciados en familias con niños con problemas de conducta. Tras haber practicado en las primeras semanas el elogio, esta sesión introduce a los padres en el tema de los límites y la disciplina familiar. Los padres aprenderán a formular adecuadamente sus órdenes y peticiones, evitando el exceso de instrucciones innecesarias, en cadena o formuladas en forma de pregunta. Se presentará la técnica de “ignorar” como técnica para responder a la mala conducta.

Sesión 7. - Regulamos el comportamiento II. Esta sesión se dedica al uso del castigo como consecuencia del mal comportamiento. En esta sesión los padres aprenderán a reconocer las características que definen un castigo eficaz (inmediatez, consistencia, proporcionalidad) y aprenderán, principalmente a establecer y poner en práctica un tipo particular de castigo: las consecuencias lógicas y las naturales. Además, aprenderán a establecer un sistema de consecuencias razonables, predecibles y adecuadas a la edad y capacidad del niño (retirada de privilegios, trabajos extra). La “técnica tiempo fuera” es una de las opciones disciplinarias más útiles y se presenta como una alternativa al castigo físico. Sin embargo, se enfatizará que el uso de consecuencias negativas deberá reducirse al mínimo, en favor de las formas de interacción basadas en el reforzamiento de la conducta.

Sesión 8. – Valoramos las buenas conductas de nuestros hijos. En esta sesión se reflexiona sobre la importancia de los refuerzos, aunque el elogio es un potente

reforzador, frecuentemente, se necesita recurrir a otro tipo de refuerzos combinados con el elogio para lograr que los niños adquieran comportamientos o logren metas que les resulten especialmente difíciles. Esta sesión aborda las expectativas de los padres sobre los comportamientos a promover en sus hijos y profundiza en el uso adecuado de refuerzos tangibles como complemento al elogio. Los padres podrán diseñar, un sistema para esos comportamientos que deseen instaurar o consolidar en sus hijos.

Sesión 9.- Pensamientos y sentimientos en positivo. A lo largo de esta sesión se trabajará sobre la importancia de cambiar los pensamientos negativos por otros más optimistas, la importancia de cambiar las ideas irracionales, las autoinstrucciones. Esta sesión aborda también el afrontamiento de las emociones negativas. Se volverá a acentuar la importancia que tiene el bienestar emocional de los padres para la mejora de los problemas de comportamiento de los hijos.

Sesión 10. – Superamos las dificultades sin tirar la toalla. A lo largo de la sesión se reflexiona con los participantes sobre el concepto de resiliencia y la importancia que tiene tener presente los aspectos tratados en las distintas sesiones, así como las distintas estrategias y estilos de afrontamiento para la mejora de su autoeficacia parental, bienestar emocional y familiar, además de, para la mejora de los problemas de conducta de los hijos. Más concretamente, a lo largo de esta sesión se trabajará la aceptación, la no rumiación, la búsqueda de soluciones y potenciales de aprendizaje, pensar como crecer y cómo superar las adversidades, analizar las cosas desde la responsabilidad, fortalecer el autoconcepto, pensamiento positivo, solución de problemas, enfrentarse a los miedos.

Sesión 11.- Con H de Humor y A de Amor. En esta penúltima sesión, trabajaremos el “humor” como herramienta para reducir el enfado y la preocupación. Se trata de concienciar a los padres de la importancia de tomarse las cosas con sentido del humor, así como de los beneficios que este produce: reduce el estrés, actúa como analgésico, mejora la salud mental de las personas, ayuda a reducir la depresión y la ansiedad.

Sesión 12.- Sesión final. La sesión final se dedica a recapitular las técnicas aprendidas, tanto para el manejo de los comportamientos de los hijos como para la mejora del bienestar emocional de los padres. Una vez más resaltamos la importancia del bienestar parental para poder actuar de forma eficaz. Finalmente, se prepara a los padres para el afrontamiento de los problemas de conducta que puedan surgir una vez que finalice el programa, se presentarán distintas estrategias para prevenir las recaídas y se potenciará la autoeficacia para enfrentarse a los retos que plantea la educación de sus hijos.

### **La metodología experiencial**

El programa utiliza la metodología experiencial que ya ha sido validada en programas de educación parental (Martín, Máiquez, Rodrigo, Correa y Rodríguez, 2004; Rodrigo, Martín, Máiquez y Rodríguez, 2005). El verdadero sentido del modelo experiencial implica seguir un proceso de reflexión y análisis de las prácticas educativas, de las consecuencias de estas en la vida familiar o en el desarrollo de los hijos para propiciar finalmente la verbalización de los objetivos personales de cambio. De este modo, nos encontramos con la necesidad de elaborar actividades que fomenten la participación, el intercambio de experiencias entre los participantes. A lo largo de las distintas sesiones se utilizarán técnicas grupales propias de la metodología experiencial tales como: la técnica de casos, el video-feedback, el trabajo en pequeños grupos, la discusión dirigida, fantasía guiada, interpretación de situaciones vitales (role-playing) las

tareas para trabajar en casa y/o los compromisos. Además, se elaborarán otro tipo de dinámicas para alguna actividad concreta. Todas estas técnicas estarán adaptadas a los objetivos de cada sesión.

Con esta metodología, el papel del facilitador es ayudar a construir de manera compartida el conocimiento en el grupo y para ello se deben tener en cuenta una serie de principios como: regular el clima emocional del grupo, construir el conocimiento como un miembro más del grupo, trabajar a partir de las necesidades y preocupaciones de las familias, fomentar la negociación y búsqueda de consenso entre los miembros del grupo, apoyar la iniciativa personal y reforzar los sentimientos de pertenencia al grupo.

### **Implementación del programa**

La implementación del programa es uno de los aspectos más relevantes que puede facilitar o por el contrario complicar la efectividad en el trabajo con familias Rodrigo (2016). Por ello hemos de asegurar la fidelidad a los principios y a la metodología del programa, además de adaptar el programa a las características del contexto y pensar las condiciones que permiten mejorar los resultados.

Para llevar a cabo el programa, se reunirá el equipo investigador y se presentará a los distintos centros educativos. Una vez presentado el programa se procederá a la difusión del mismo a través de carteles, trípticos, recursos web, etc. para posteriormente seleccionar a las familias que tienen un perfil adecuado para este tipo de programa o aquellas que voluntariamente quieren formar parte del grupo.

Una vez formados los grupos, se realizará un acto de inauguración con personal de la Universidad, personal del Centro educativo y las familias que van a asistir. A continuación, se inicia la aplicación del programa mediante reuniones semanales de una hora y media aproximadamente. Al finalizar la intervención se realizará un acto de clausura con la entrega de diplomas a las familias, agradeciendo su participación y colaboración. Por último, se realizará un informe final valorando la implementación del programa y sus resultados.

### **Evaluación del programa**

Para realizar una evaluación rigurosa del programa se realizará en tres momentos diferentes a lo largo de la implementación del mismo: 1) evaluación inicial-final, 2) evaluación de proceso, 3) evaluación final y 4) seguimiento. En la Tabla 1 [Insertar] se describen los instrumentos a utilizar en las distintas fases de la evaluación. El cierre del programa no supone que los investigadores demos por terminada la intervención, sino que transcurridos 6 meses del cierre del mismo volveremos a tomar una nueva medida de seguimiento para conocer si los efectos evaluados se mantienen a largo plazo.

### **Comentario final**

El objetivo de este estudio era realizar una revisión sobre el concepto de resiliencia, así como profundizar en conceptos relacionados con dicho término tales como la resiliencia familiar y la resiliencia parental. Tras la revisión realizada podemos concluir que, aunque se ha avanzado mucho en este campo en los últimos tiempos, es necesario seguir trabajando para aunar definiciones y evitar que este término se solape con otros.

Además, es necesario continuar en la línea de investigación iniciada por autores como Alonso-Tapia, Nieto y Ruiz (2013); Martín et al., (2013) y construir elementos válidos y fiables que nos permitan medir la resiliencia y la resiliencia parental, además de conocer las estrategias de afrontamiento que hay detrás de las familias resilientes. El presente estudio va en consonancia con lo que proponen autores como González (2009), además, abarca algunas de las líneas de investigación que se han planteado en otros estudios recientes (Bravo y López, 2015) en el que se reconoce que uno de los principales retos es incrementar los programas de intervención en resiliencia familiar. En consonancia, este artículo dota de una herramienta práctica y útil para trabajar desde los Servicios Sociales, el ámbito clínico o educativo.

### Referencias

- Almeida, A. (2015). La evaluación de riesgos y fortalezas en parentalidad positiva. En M. J. Rodrigo (coord.), *Manual Práctico de Parentalidad Positiva* (pp. 45-65). Madrid: Síntesis.
- Alonso- Tapia, J., Nieto, C., Ruiz, M.A. (2013). Measuring subjective resilience despite adversity due to family, peers and teachers. *The Spanish Journal of Psychology*, 16, 1-13.
- Amorós, P., Fuentes-Peláez, N., Molina, M.C., y Pastor, C. (2010): “Le soutien aux familles et aux adolescents bénéficiant d’une action sur la promotion de la résilience”. *Bulletin de psychologie*, 6 (510), 429-434. Doi: 10.3977/bupsy.510.0429.
- Barkley, R.A, Shelton, T.L, Crosswait, C, Morehouse, M, Fletcher, K, Barrett, S, Jenkins, L y Metevia, L. (2000). Multi-method psycho-educational intervention for preschool children with disruptive behavior: Preliminary results at post-treatment. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 41(3), 319-332.
- Bravo, H y López, J (2015) Resiliencia familiar: una revisión sobre artículos publicados en español. *Revista IIPSI*. 18, (2), 151-170.
- Cantero-García, M y Alonso-Tapia, J. (2018). Estudio epidemiológico sobre los problemas de comportamiento en la infancia y en la adolescencia. (Enviado para publicación. Universidad Autónoma de Madrid.)
- Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9(3), 145–154.
- Kazdín, A. E. (1997). Practitioner review: Psychosocial treatments for conduct disorder in children. *Child Psychology and Psychiatry*, 38(2), 161 -178.
- Lochman J.E., y Wells, K.C ( 2002). The coping power program at the middle school transition: Universal and indicated prevention effects. *Psychology of Addictive Behaviors*, 16, S40-S54.
- Lochman, J. E., Wells, K. C., Murray, M., Tolan, P., Szapocznik, J., & Sambrano, S. (2007). The Coping Power Program: Preventive intervention at the middle school transition. *Preventing youth substance abuse: Science-based programs for children and adolescents*, 185-210.

- Luengo, M. A. (2014). Cómo intervenir en los problemas de conducta infantiles. *Padres y maestros*, 356, 37-43. [Http://dx.doi.org/10.14422/pym.v0i356.3071](http://dx.doi.org/10.14422/pym.v0i356.3071)
- Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. In D. In Cicchetti & D. J. Cohen (Ed.), *Development psychopathology: Risk, disorder and adaptation* (2nd ed., pp. 740-795). New York: Wiley.
- Martín, J.C.; Máiquez, Rodrigo, Correa y Rodríguez, (2004). Evaluación del programa “Apoyo personal y familiar” para madres y padres en situación de riesgo psicosocial. *Infancia y aprendizaje*, 27 (4), pp. 437-445.
- Martín, J C., Cabrera, E., León, J., y Rodrigo, M.J. (2013). La Escala de Competencia y Resiliencia Parental para madres y padres en contextos de riesgo psicosocial. *Anales de Psicología*, 29(3), 886-896. [doi.org/10.6018/analesps.29.3.150981](http://doi.org/10.6018/analesps.29.3.150981)
- Martínez-González, R.A. (2009). *Programa Guía para el Desarrollo de Competencias Emocionales, Educativas y Parentales*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social.
- Montiel-Nava, C., Montiel-Barbero, I. Y Peña, A. (2005). Clima familiar en el trastorno por déficit de atención-hiperactividad. *Psicología Conductual*, 13 (2), 297-310.
- Oliva, A., Hidalgo, M.V., Martín, D., Parra, A., Ríos, M., Vallejo, R. (2007). Programa de apoyo a madres y padres de adolescentes. Sevilla: Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.
- Olson, D. H. (2000). Circumplex Model of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167.
- Pérez, J., Menéndez, S. E Hidalgo, M. V. (2014). Estrés parental, estrategias de afrontamiento y evaluación del riesgo en madres de familias en riesgo usuarias de los servicios sociales. *Psychosocial Intervention*, 23, 25-32. [doi.org/10.5093/in2014a3](http://doi.org/10.5093/in2014a3)
- Recomendación Rec (2006)19 Políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad. [Http:// www.coe.int/t/dg3/youthfamily](http://www.coe.int/t/dg3/youthfamily)
- Robles, Z. Y Romero-Triñanes, E. (2011). Programas de entrenamiento para padres de niños con problemas de conducta: una revisión de su eficacia. *Anales de psicología*, 27(1), 86-101.
- Rodrigo, M. J. Y Palacios, J. (Eds.) (1998). *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza.
- Rodrigo, M. J., Martín, J. C., Máiquez, M. L. Y Rodríguez, G. (2005). Redes formales e informales de apoyo para familias en riesgo psicosocial: Perfil psicosocial de familias en situación de riesgo psicosocial: el lugar de la escuela. En R. A. Martínez, H. Pérez y B. Rodríguez (Eds.), *Family-School-Community partnerships into social development*. Madrid: SM.
- Rodrigo, M. J., Martín, J.C., Máiquez, M.L y Byrne, S. (2008). Preservación familiar. Un enfoque positivo para la intervención con familias. Madrid: Pirámide.
- Rodrigo, M.J., Byrne, S. and Álvarez, M. (2016), “Interventions to Promote Positive Parenting in Spain”. In Israelashvili, M. and Romano, J.L (Eds), *Cambridge Handbook of International Prevention Science*. Cambridge University Press, Cambridge, UK, pp. 929-956

- Rodríguez, Martín y Rodrigo, (2015). “Vivir la Adolescencia en Familia”: Un programa de apoyo parental en la adolescencia. En M. J, Rodrigo (Eds.) *Manual práctico de parentalidad positiva*. (pp. 131-149) Madrid: Síntesis.
- Rodrigo MJ. (2016). Quality of implementation in evidence-based positive parenting programs in Spain: Introduction to the special issue, *Psychosocial Intervention*. 25, 63- 68. doi.org/10.1016/j.psi.2016.02.004
- Romero, E., Villar, P., Luengo, M.A., Gómez-Fraguela, J.A. y Robles, Z. (2005). *Empecemos: Emociones, Pensamientos y Conductas para un desarrollo saludable*. Programa para padres. Santiago: Tórculo.
- Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*, 57, 316-331.
- Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L. Y Day, J. J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical Psychology Review*, 34, 337-357.
- Skinner, E. Y Zimmer-Gembeck, M. (2007). The development of coping. *Annual Review Psychology*. 58, 119-144.
- Triana, B y Rodrigo, M. J. (2010). Modelos y estrategias de intervención ante la diversidad familiar. En E. Arranz y A. Oliva (Eds.), *Desarrollo psicológico en las nuevas estructuras familiares* (pp. 121-142). Editorial Pirámide.
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. *Fam Proc*, 35, 261-281.
- Webster Stratom, C., Reid, M. J. Y Hammond, M. (2003) *The Incredibly Years: Basic program manual*. Seattle, WA: The Incredibly Years.
- Windle, G. (2011). What is resilience? A review and concept analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21, 152-169.

**Fecha de recepción:** 16/09/2021

**Fecha de revisión:** 27/09/2021

**Fecha de aceptación:** 07/12/2021

MOMENTOS	INSTRUMENTOS	DIMENSIONES EVALUADAS	INFORMANTES
Contexto	Características sociodemográficas.	Perfil sociodemográfico.	Padre/Madre
Inicial/final con post-test inmediato y aplazado	Cuestionario de Clima Familiar, perspectiva de los hijos (CFPC-H, 2016)	Evalúa la percepción de los hijos sobre la forma de actuar de los padres ante los problemas de conducta.	Hijo/Hija
	Cuestionario de Afrontamiento de los Problemas de Conducta de los hijos (CRPC, 2016).	Evalúa cinco formas de afrontamiento, tres de ellas de tipo positivo - pensamiento positivo; apoyo y cooperación y dos de tipo negativo - pérdida de motivación/desánimo y pérdida de control del propio comportamiento.	Padre/Madre
	Cuestionario Afrontamiento Adultos + Escala Resiliencia (CRAF-PC, 2017).	Evalúa distintas estrategias de Afrontamiento en situaciones específicas como son los problemas de comportamiento de los hijos. Además, evalúa la Resiliencia tanto general como específica.	Padre/Madre
	Adaptación Española Bienestar psicológico de Ryff.(2006).	Evalúa el bienestar psicológico de los padres.	Padre/Madre
	Escala de satisfacción con la vida (SWLS).(1985)	Evalúa el juicio global que hacen las personas sobre la satisfacción con su vida.	Padre/Madre
	Inventario parentalidad Adulto-adolescente. versión A. (Bavolek y Keene, 2001)	Evalúa expectativas inapropiadas, empatía, creencia uso de castigos, inversión de roles y autonomía/ control.	Padre/Madre
	Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ), versión autoinforme. (2016)	Evalúa problemas emocionales y comportamentales en la adolescencia.	Hijo/Hija
Cuestionario de Estrés parental. (Abidin, 1995)	Evalúa el estrés del padre /madre o cuidador.	Padre/Madre	
Proceso	Fichas de seguimiento de las sesiones.	Valoración e implementación del programa	Padre/Madre
Final	Cuestionario Final.	Valoración y satisfacción con el programa.	Padre/Madre

Tabla 1. Instrumentos para la evaluación del programa.