

PROGRAMA PSIKOR: INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA FAMILIAR PARA LA MEJORA DEL AJUSTE PSICOSOCIAL ADOLESCENTE

PSIKOR Program: family psychoeducational intervention for the improvement of adolescent psychosocial adjustment

 <https://doi.org/10.47554/cii.vol15.2024.pp169-182>

Lorea Azpiazu Izaguirre

Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU), España

 <https://orcid.org/0000-0002-9354-5805>

 lorea.azpiazu@ehu.eus

Elda Ugarte Mota

Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU), España

 <https://orcid.org/0009-0007-4158-1189>

 eugarte026@ikasle.ehu.eus

María Sánchez Gómez

Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU), España

 <https://orcid.org/0009-0007-1444-7734>

 msanchezgomez399@gmail.com

Eider Goñi Palacios

Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV/EHU), España

 <https://orcid.org/0000-0003-1821-6144>

 eider.goni@ehu.eus



Resumen

El grupo de investigación Psikor se centra en el ajuste psicosocial de los adolescentes, un factor crucial para su desarrollo educativo, evaluado a través del rendimiento académico, la implicación escolar y el bienestar subjetivo. Psikor ha identificado variables clave que afectan este ajuste, clasificándolas en contextuales y psicoinstruccionales, lo que ha llevado al desarrollo del Modelo Psikor, un marco integral para intervenciones psicoeducativas. Este estudio presenta un programa psicoeducativo diseñado para familias de adolescentes con el objetivo de mejorar su ajuste psicosocial basado en dicho modelo. Se realizó una revisión exhaustiva de programas psicoeducativos basados en evidencia científica en España, enfocándose en variables psicológicas y de ajuste sociopersonal. Se diseñó un programa dirigido a familias tras contactar diversas AMPAS en la CAV, logrando la participación de 40 progenitores que evaluaron la formación junto a seis formadoras. El programa consistió en ocho sesiones semanales que abordaron temas como características adolescentes, autoconcepto, estilos parentales, inteligencia emocional y resiliencia. La formación fue implementada por seis profesionales cualificados mediante plataformas digitales. Se usaron cuestionarios para evaluar la satisfacción con las sesiones. Los resultados reflejan una valoración positiva del programa y una mejora en la percepción sobre las prácticas educativas. Este programa representa un avance significativo en la aplicación de la investigación sobre ajuste psicosocial, ofreciendo estrategias prácticas para mejorar las habilidades parentales y el ajuste escolar de los estudiantes.

Palabras clave: Ajuste psicosocial, intervención psicoeducativa, familias adolescentes.

Abstract

The Psikor research group focuses on the psychosocial adjustment of adolescents, a crucial factor for their educational development, evaluated through academic performance, school involvement, and subjective well-being. Psikor has identified key variables affecting this adjustment, classifying them into contextual and psycho-instructional variables, which led to the development of the Psikor Model, a comprehensive framework for psychoeducational interventions. This study presents a psychoeducational program designed for families of adolescents with the aim of improving their psychosocial adjustment based on this model. An extensive review of evidence-based psychoeducational programs in Spain was conducted, focusing on psychological and socio-personal adjustment variables. A program targeting families was designed after contacting various Parent-Teacher Associations (AMPAS) in the Basque Autonomous Community, achieving the participation of 40 parents who evaluated the training alongside six trainers. The program consisted of eight weekly sessions addressing topics such as adolescent characteristics, self-concept, parental styles, emotional intelligence, and resilience. The training was implemented by six qualified professionals using digital platforms. Questionnaires were used to evaluate session satisfaction. The results reflect a positive assessment of the program and an improvement in perception of educational practices. This program represents a significant advancement in applying research on psychosocial adjustment, offering practical strategies to improve parental skills and students' school adjustment.

Keywords: Psychosocial adjustment, psycho-educational intervention, adolescent families.

1. Introducción

Desde 2007, el grupo de investigación Psikor ha desarrollado una trayectoria significativa, evolucionando desde el análisis inicial del autoconcepto multidimensional hacia un estudio integral del ajuste personal y escolar mediante modelos de ecuaciones estructurales. Este enfoque se centra en el ajuste psicosocial, entendido como la capacidad de adaptación de las personas al entorno para lograr bienestar, integración y consecución de objetivos (Madariaga et al., 2014). Dada la importancia del contexto escolar en la vida adolescente, el ajuste psicosocial se ha evaluado principalmente a través de dos indicadores clave: el ajuste escolar y el bienestar subjetivo. El ajuste escolar se define como la adaptación a las demandas y características del sistema educativo (Appleton et al., 2008; Fredricks et al., 2004), y se mide mediante el rendimiento académico y la implicación escolar. Esta última se conceptualiza como el proceso psicológico que refleja el compromiso con la escuela y la motivación por aprender (Simons-Morton y Chen, 2009). Por su parte, el bienestar subjetivo se entiende como la percepción individual sobre cuán placentera, deseable y satisfactoria es la vida en general (Diener, 2009).

Las investigaciones del grupo Psikor han identificado variables clave que influyen en el ajuste psicosocial de los adolescentes, categorizándolas en dos niveles según el Modelo Ecológico de Bronfenbrenner: contextuales (clima escolar, apoyo social y estilos educativos parentales) y psicoinstruccionales (autoconcepto, resiliencia, inteligencia emocional, motivación escolar y pensamiento crítico). A través de este enfoque sistemático, el grupo ha desarrollado y validado progresivamente el Modelo Psikor, respaldado por diversas investigaciones cuyos resultados han sido publicados en revistas científicas de alto impacto (Antonio-Aguirre et al., 2015; Axpe et al., 2019; Azpiazu et al., 2021, 2023; Fernández-Lasarte et al., 2019; Fernández-Zabala et al., 2016; Rodríguez-Fernández et al., 2012; Rodríguez-Fernández et al., 2016a; Rodríguez-Fernández et al., 2016b). Esta aproximación holística se alinea con los principios de la educación positiva, aspirando no solo a potenciar el éxito académico, sino también a fomentar el bienestar emocional y el desarrollo personal de los estudiantes (Brunzell et al., 2020; Seligman y Adler, 2018). El Modelo Psikor proporciona un marco comprehensivo para entender la dinámica de las influencias que facilitan el ajuste psicosocial, permitiendo una visión integrada de los factores que contribuyen al desarrollo positivo de los adolescentes en el contexto educativo.

Desde 2019, Psikor ha intensificado su enfoque en el ajuste escolar, abordándolo desde una doble perspectiva: (1) La investigación básica, que continúa refinando y validando modelos teóricos en diversas poblaciones y contextos educativos; y (2) la investigación aplicada, que se materializa en el desarrollo e implementación de programas de intervención diseñados específicamente para mejorar el ajuste escolar en diversos contextos educativos. Este paso importante dado por el grupo hacia una investigación más aplicada, fue impulsado por la necesidad de traducir los hallazgos teóricos en intervenciones prácticas que pudieran tener un impacto directo en el ámbito educativo. Esta transición hacia la investigación aplicada se fundamentó en varios factores:

- **Madurez del modelo teórico:** Tras años de investigación básica y el desarrollo de modelos de ecuaciones estructurales, Psikor había logrado identificar las variables clave que influyen en el ajuste escolar. Este conocimiento sólido proporcionó una base firme para diseñar intervenciones efectivas.
- **Demanda social:** La creciente preocupación por el bienestar estudiantil y el rendimiento académico en la sociedad actual exigía respuestas prácticas basadas en evidencia científica.
- **Enfoque integral:** La comprensión del ajuste escolar como un fenómeno multifacético, que incluye tanto la implicación escolar como el desempeño académico, requería un abordaje más holístico y aplicado.
- **Principios de la educación positiva:** El grupo reconoció la importancia de no solo buscar el éxito académico, sino también promover el bienestar emocional y el desarrollo personal de los estudiantes, alineándose con las tendencias actuales en educación.
- **Potencial de impacto:** La investigación aplicada ofrecía la oportunidad de traducir años de conocimiento teórico en programas de intervención concretos, con el potencial de mejorar directamente la vida de los estudiantes y la práctica educativa.

En definitiva, esta evolución hacia la investigación aplicada ha representado un paso natural y necesario en la trayectoria de Psikor, permitiendo al grupo, no solo contribuir al conocimiento científico, sino también ofrecer soluciones prácticas a los desafíos educativos contemporáneos.

Concretamente, uno de los resultados derivados de esta investigación aplicada ha sido la creación del Programa Psikor, una intervención psicoeducativa dirigida a familias de alumnado adolescente para mejorar su ajuste escolar y personal. La decisión de que la población diana de la intervención fueran las familias del alumnado adolescente se sustentó en las investigaciones de Psikor (Antonio-Aguirre et al., 2015; Axpe et al., 2019; Azpiazu et al., 2021, 2023; Fernández-Lasarte et al., 2019; Fernández-Zabala et al., 2016; Rodríguez-Fernández et al., 2012; Rodríguez-Fernández et al., 2016a; Rodríguez-Fernández et al., 2016b) y otros estudios nacionales e internacionales (Bas-harpoor et al., 2022; Gao et al., 2019; Henry et al., 2009; Tomás et al., 2020), que muestran que la familia juega un papel fundamental en el ajuste personal y escolar de los estudiantes (Revuelta et al., 2024):

- El apoyo parental está estrechamente relacionado con el desarrollo personal de los adolescentes y desempeña un papel clave en su ajuste psicológico, sirviendo como factor de protección.

- La familia es considerada el principal agente de socialización en el desarrollo de niños y adolescentes, ejerciendo un rol determinante en el ajuste escolar, el comportamiento y las habilidades sociales de los niños y adolescentes en el entorno escolar.
- Cuando las relaciones entre padres e hijos adolescentes se caracterizan por el afecto, el apoyo y la comunicación, se favorece tanto el ajuste personal como el escolar de los hijos. La calidad del vínculo y las relaciones familiares, caracterizadas por interacciones afectuosas, abiertas y confiadas, tienen un efecto positivo en el desempeño y ajuste escolar de los hijos.
- El grupo Psikor ha identificado los estilos educativos parentales como una de las variables contextuales clave que influyen en el ajuste escolar, entendido como la combinación de implicación escolar y desempeño académico. Las expectativas que tienen los padres sobre los logros académicos de sus hijos son uno de los mejores predictores del éxito escolar y ajuste social de los niños.

En resumen, las investigaciones del grupo Psikor han revelado que el entorno familiar juega un papel fundamental en el ajuste personal y académico de los estudiantes. Factores clave como el apoyo parental, los estilos educativos, la calidad de las relaciones intrafamiliares y las expectativas de los padres ejercen una influencia significativa tanto en la implicación escolar como en el rendimiento académico de los alumnos. Estos hallazgos subrayan la importancia de considerar el contexto familiar en el desarrollo educativo y justifican la necesidad de diseñar, implementar y evaluar programas de intervención dirigidos a las familias de estudiantes adolescentes, con el objetivo de potenciar estos aspectos positivos y, en consecuencia, mejorar el desempeño escolar general. Por tanto, a continuación, se describe el programa desarrollado en este grupo de investigación, su diseño, implementación y evaluación.

2. Metodología

Participantes

Se inscribieron en el programa formativo un total de 40 padres y madres (77,5 % mujeres y el 22,5 % hombres) de 39 a 54 años ($M = 46,90$; $dt = 4,03$) de adolescentes pertenecientes a las Asociaciones de Madres y Padres de Alumnos de diversos centros educativos del País Vasco. Sin embargo, se recogieron una media de 9,5 respuestas en cada una de las sesiones puesto que no participaron todas las personas inscritas en ninguna de las sesiones.

Variables e instrumentos

Para conocer la valoración por parte de los progenitores acerca del programa formativo se elaboró un cuestionario ad-hoc compuesto por 9 preguntas a responder en

una escala tipo Likert de 5 puntos (donde 1 = en completo desacuerdo y 5 = en completo acuerdo). Dichos ítems evaluaban la satisfacción general con cada sesión, así como con los contenidos trabajados en cada una, las explicaciones recibidas, la dinamización por parte de las formadoras, la aportación de cada participante, la participación general, el conocimiento adquirido, la motivación por el cambio y la capacidad de reflexión. También se añadieron dos preguntas abiertas para recoger información sobre las fortalezas y debilidades del programa.

Para conocer la valoración por parte de las formadoras acerca del programa formativo se creó un cuestionario ad hoc compuesto por 11 preguntas cerradas (donde 1 = completo desacuerdo y 5 = completo acuerdo) en las que se hacía una valoración general del desarrollo de la y se recogía la valoración respecto al diseño del programa (adecuación de actividades realizadas y su fidelidad con el diseño inicial). El cuestionario también constaba de dos preguntas abiertas relativas a los aspectos reseñables y de mejora observados en la sesión.

Procedimiento

En primera instancia, se realizó una exhaustiva revisión de diversos programas psicoeducativos basados en evidencia científica e implementados en España, enfocados en variables psicológicas y de ajuste sociopersonal (Martínez, 2009; Oliva et al., 2007; Rodrigo et al., 2010; Rodrigo et al., 2015). Esta revisión tuvo como objetivo analizar sus fundamentos metodológicos, estructura, duración y recomendaciones sobre el número óptimo de participantes, entre otros aspectos relevantes (Lozano y Valero, 2017). A partir de este análisis, y considerando los resultados previos sobre la relación entre variables psicológicas y ajuste psicosocial, se diseñaron las directrices generales de un programa de intervención familiar dirigida a familias. Posteriormente, se desarrollaron actividades específicas para cada una de las sesiones propuestas.

Para la obtención de la muestra, se implementó un proceso estructurado en tres fases. En primer lugar, se asignó a tres investigadores la responsabilidad de coordinar el reclutamiento, cada uno encargado de una provincia de la Comunidad Autónoma del País Vasco. Seguidamente, se elaboró un listado exhaustivo de todos los centros de Educación Secundaria Obligatoria de la región. A partir de este listado, se realizó una selección aleatoria de centros, a los cuales se les envió una comunicación por correo electrónico. En dicha comunicación, se informaba sobre la disponibilidad del grupo de investigación para proporcionar formación a los progenitores del alumnado adolescente. Se solicitó a los centros que difundieran esta información a las Asociaciones de Madres y Padres de Alumnos (AMPA) correspondientes. Los centros que accedieron transmitieron la información a sus respectivas AMPA. Aquellas AMPA que mostraron interés se pusieron en contacto con los investigadores asignados. En este punto, se les proporcionó una explicación detallada sobre los objetivos del estudio y las características de la formación ofrecida. Este proceso permitió el reclutamiento progresivo de participantes, ya que las AMPA facilitaron la información

a los progenitores del alumnado adolescente, y aquellos interesados se inscribieron voluntariamente en la formación.

Debido al elevado número de inscripciones 40 progenitores en total, se establecieron dos grupos para recibir la formación. Tras la impartición de las sesiones formativas, se procedió a la recolección de datos para evaluar la eficacia y la percepción de la formación recibida. Este proceso de evaluación se llevó a cabo mediante dos vías principales: (1) Cuestionario de satisfacción: Al finalizar cada sesión formativa, se solicitó a los participantes que completaran un cuestionario de satisfacción estandarizado; y (2) Observaciones de las instructoras: Las formadoras fueron instruidas para registrar observaciones detalladas sobre la dinámica del grupo y el desarrollo de la formación inmediatamente después de cada sesión. Una vez recopilada toda esta información, se realizaron los análisis estadísticos. Estos análisis permitieron evaluar de manera cuantitativa y cualitativa la satisfacción tanto de los participantes como de las instructoras con respecto a diversos aspectos de la formación impartida.

3. Resultados y discusión

Diseño del programa

El objetivo del programa de intervención psicoeducativa consiste en reforzar la formación psicoeducativa de progenitores de alumnado adolescente, partiendo de un trabajo de introspección y reflexión sobre sí, en torno a las variables psicológicas relacionadas con el ajuste escolar: autoconcepto, inteligencia emocional y resiliencia. Derivados de este objetivo general, se establecerían los 3 siguientes objetivos específicos:

- Fomentar la reelaboración, por parte de los padres y madres, de sus conocimientos, creencias y actitudes en torno a la adolescencia.
- Facilitar la reflexión de los padres y madres acerca de sí mismos y de sus prácticas educativas.
- Proporcionar conocimientos y técnicas a los padres y madres para el fomento de su apoyo a sus hijos e hijas adolescentes.

El programa de formación para progenitores de alumnado adolescente se diseñó como una intervención estructurada y comprensiva, abarcando ocho sesiones semanales. Cada sesión se enfocó en un tema específico, siguiendo una progresión lógica: características adolescentes, autoconcepto, estilos parentales (comunicación y afecto), percepción y comprensión emocional, regulación emocional, resiliencia, estilos parentales (normas y gestión del conflicto), y una sesión final de cierre (Tabla 1). Esta estructura permitió una adquisición gradual y sistemática de conocimientos y habilidades parentales.

Para la implementación del programa, se constituyó un equipo de seis profesionales altamente cualificados, pertenecientes al grupo de investigación. Estos formadores fueron seleccionados por su experiencia y conocimientos especializados en las áreas temáticas del programa. Con el objetivo de enriquecer la experiencia formativa, las sesiones fueron impartidas por parejas de formadores, cuyas áreas de especialización se complementaban. Previo al inicio del programa, el equipo recibió una capacitación exhaustiva que abarcó no solo los contenidos específicos, sino también la metodología pedagógica, los objetivos del programa y las estrategias para fomentar la participación activa en un entorno virtual.

La preparación del programa incluyó la elaboración de materiales formativos específicos para cada sesión y la selección de plataformas digitales adecuadas. Se optó por utilizar Zoom para las sesiones en vivo y Google Drive para el almacenamiento y compartición de materiales, considerando su accesibilidad y familiaridad para los participantes. Además, se diseñó un cuestionario de valoración para evaluar la eficacia y satisfacción de los participantes con la formación recibida.

Tabla 1. Sesiones y objetivos del Programa Psicoeducativo para Padres y Madres

Sesión 1		Presentación del programa y Características adolescentes
Objetivos		Presentar el programa, a las personas formadoras y participantes
		Ajustar las expectativas y establecer las normas de participación
		Conocer los cambios físicos, cognitivos, emocionales y de relaciones sociales que se dan en la adolescencia
		Entender las consecuencias de estos cambios sobre la conducta adolescente y las relaciones en la familia
Sesión 2		Mejorando el autoconcepto
Objetivos		Saber qué es el autoconcepto/autoestima y cómo se forma, y conocer la diferencia entre el yo real y el yo ideal
		Identificar el propio autoconcepto y expresiones de baja autoestima
		Identificar las distorsiones cognitivas que pueden estar afectando al autoconcepto
		Conocer estrategias para mejorar el autoconcepto
Sesión 3		¿Cómo expreso mi afecto y me comunico con mi hijo/a?
Objetivos		Conocer qué son los estilos educativos parentales
		Entender los cambios de comunicación y expresión de afecto con los progenitores que necesitan los adolescentes
		Identificar pautas correctas de comunicación entre padres/madres-hijos/as

Sesión 4	La importancia de la inteligencia emocional (I): la percepción y comprensión emocional
Objetivos	Atender y percibir las diferentes emociones
	Comprender, diferencias y etiquetar las emociones
	Aprender a ser conscientes de la propia emoción
	Tomar conciencia de la influencia de las emociones en los pensamientos y la conducta
Sesión 5	La importancia de la inteligencia emocional (II): la percepción y comprensión emocional
Objetivos	Aprender estrategias para regular las emociones negativas y utilizarlas
Sesión 6	Potenciando la resiliencia: el pensamiento alternativo
Objetivos	Conocer en qué consiste la resiliencia
	Conocer estrategias para lograr un pensamiento alternativo
Sesión 7	La disciplina y la resolución de conflictos
Objetivos	Conocer formas adecuadas e inadecuadas de control parental
	Entender que el conflicto puede ser positivo para el cambio
	Conocer las fases en la resolución de conflictos
	Identificar estrategias adecuadas para resolver conflictos
Sesión 8	Cierre del programa
Objetivos	Repasar las ideas y contenidos más importantes del taller
	Ofrecer tareas para fortalecer estrategias más complejas o que hayan presentado mayor dificultad
	Reflexionar sobre el ajuste del taller a las expectativas iniciales
	Evaluar el programa y aplicar los cuestionarios post-test
	Despedir y cerrar el programa agradeciendo la participación

Valoración del programa

Tras la conclusión del programa, se procedió a la recolección y análisis riguroso de las respuestas de los cuestionarios de valoración. Este proceso analítico tuvo como objetivo evaluar la efectividad del programa y el nivel de satisfacción de los participantes, proporcionando información crucial para futuras mejoras y adaptaciones del programa.

Los resultados de las valoraciones realizadas por los progenitores participantes reflejan una acogida muy positiva del programa formativo (Izar-de-la-Fuente et al., 2023). La satisfacción general con la propuesta obtuvo una puntuación media de 4,07 sobre 5 en todas las sesiones, lo que indica un alto nivel de aprobación. Los aspectos mejor valorados fueron los contenidos trabajados (media de 4,53 sobre 5), las explicaciones proporcionadas por las formadoras (4,61) y la dinamización de las sesiones (4,48). Los participantes destacaron que el contenido era interesante y que las actividades promovían la reflexión, la participación y el desarrollo del conocimiento. Además, informaron de cambios positivos en sus niveles de conocimiento (media de 3,95), motivación para aplicar estrategias adecuadas (4,11) y capacidad de reflexión sobre las cuestiones abordadas (4,27). Sin embargo, se identificaron áreas de mejora, principalmente en relación con la participación personal y grupal, que obtuvieron puntuaciones medias de 3,90 y 3,85 respectivamente, siendo estos los aspectos con menor valoración.

Los resultados muestran una valoración generalmente positiva de la implementación del programa por parte de las formadoras (Ramos-Díaz et al., 2023). Las formadoras muestran que la sesión se ha desarrollado de forma positiva con una puntuación de 4.46, y se destaca que no ha habido conductas que hayan interferido, alcanzando una puntuación de 4.69. Sin embargo, se observan áreas de mejora, como los comentarios positivos espontáneos (3.13) y la participación en la formulación de dudas (3.13). La respuesta de los participantes fue satisfactoria (4.18), y se registró una buena disposición para compartir reflexiones sobre lo tratado (3.75). En general, la ausencia de comentarios o actitudes de rechazo fue total, con una puntuación perfecta de 5.00. En cuanto a la valoración del diseño inicial por parte de las formadoras, los resultados también son alentadores. Se detectaron los conocimientos previos de los participantes con una puntuación de 3.63 y se ofrecieron ejemplos a lo largo de la sesión (4.14). Las educadoras comprobaron que los participantes entendían sus explicaciones (4.55). Sin embargo, algunos participantes necesitaron menos tiempo del programado para realizar las actividades, ya que les resultaron fáciles (1.59), mientras que otros requirieron más tiempo debido a su dificultad (1.99). La duración de la sesión fue considerada adecuada (2.79) y se lograron los objetivos planteados con una puntuación de 4.50.

4. Conclusiones

El Programa Psikor representa un avance significativo en la aplicación práctica de la investigación sobre ajuste escolar y personal en adolescentes. Esta intervención psicoeducativa, dirigida a familias, se fundamenta en años de investigación rigurosa y en el modelo teórico desarrollado por el grupo Psikor. La decisión de enfocar la intervención en las familias se basa en la evidencia sólida que subraya el papel crucial del entorno familiar en el ajuste personal y escolar de los adolescentes (Antonio-Aguirre et al., 2015; Axpe et al., 2019; Azpiazu et al., 2021, 2023; Basharpour et al., 2022; Gao et al., 2019). Factores como el apoyo parental, los estilos educativos y la calidad de las relaciones intrafamiliares han demostrado tener una influencia significativa en la

implicación escolar y el rendimiento académico de los estudiantes (Axpe et al., 2019; Azpiazu et al., 2023; Fernández-Zabala et al., 2016; Rodríguez-Fernández et al., 2012).

El diseño integral del programa, con sus ocho sesiones temáticas cuidadosamente estructuradas, aborda de manera comprensiva los aspectos clave identificados en el Modelo Psikor. Esta estructura permite una progresión lógica en el aprendizaje y desarrollo de habilidades parentales, cubriendo temas esenciales como las características de la adolescencia, el autoconcepto, los estilos parentales, la inteligencia emocional y la resiliencia. Además, la implementación exitosa del programa en un entorno online demuestra su flexibilidad y capacidad de adaptación a las necesidades actuales. El uso de plataformas como Zoom y Google Drive facilitó la accesibilidad y participación de los progenitores, manteniendo la calidad y eficacia de la intervención incluso en un formato virtual.

Por otro lado, las evaluaciones de los participantes indican una alta satisfacción con el programa, destacando especialmente la calidad de los contenidos, las explicaciones proporcionadas por las formadoras y la dinamización de las sesiones. Esto sugiere que el programa no solo es teóricamente sólido, sino también prácticamente efectivo y bien recibido por su público objetivo. Sin embargo, el feedback recibido también ha permitido identificar áreas de mejora, particularmente en aspectos como la participación personal y grupal. Estas observaciones proporcionan valiosa información para futuras iteraciones del programa, permitiendo un refinamiento continuo de la intervención.

La experiencia adquirida a través de este programa sienta las bases para estudios longitudinales que evalúen el impacto a largo plazo de la intervención en el ajuste escolar y personal de los adolescentes. Además, abre nuevas líneas de investigación sobre la efectividad de intervenciones familiares en el contexto educativo. En resumen, el Programa Psikor demuestra el potencial de traducir la investigación teórica en intervenciones prácticas efectivas. Su enfoque holístico, basado en evidencia científica, ofrece una herramienta prometedora para mejorar el ajuste escolar y personal de los adolescentes a través del fortalecimiento de las competencias parentales. Este programa no solo contribuye al campo de la psicología educativa y el bienestar adolescente, sino que también establece un modelo para futuras intervenciones que busquen integrar la investigación académica con la práctica educativa.

5. Referencias

- Antonio-Agirre, I., Azpiazu-Izaguirre, L., Esnaola, I., & Sarasa, M. (2015). Capacidad predictiva del autoconcepto y la inteligencia emocional en el ajuste escolar autopercebido. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 67(4), 9-26. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2015.67401>
- Appleton, J., Christeson, S., & Furlong, M. (2008). Student engagement: Critical conceptual and methodological issues of the construct. *Psychology in the Schools*, 45(5), 369-386. <https://doi.org/10.1002/pits.20303>

- Axpe, I., Rodríguez-Fernández, A., Goñi, E., & Antonio-Agirre, I. (2019). Parental socialization styles: the contribution of paternal and maternal affect/communication and strictness to family socialization style. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, *16*, 2204. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122204>
- Azpiazu, L. A., Rodríguez-Fernández, A., & Fernández-Zabala, A. (2023). Perceived academic performance explained by school climate, positive psychological variables and life satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*, *93*(1), 318–332. <https://doi.org/10.1111/bjep.12557>
- Azpiazu, L., Rodríguez-Fernández, A., & Goñi, E. (2021). Adolescent life satisfaction explained by social support, emotion regulation, and resilience. *Frontiers in Psychology*, *12*, 694183. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694183>
- Basharpoor, S., Heidari, F., Narimani, M., & Barahmand, U. (2022). School adjustment, engagement and academic self-concept: Family, child, and school factors. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, *32*(1), 23–38. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.6>
- Brunzell, T., Witter, M., & Abbott, L. (2020). Toward meaningful engagement: Trauma-informed positive education strategies for struggling students. *Australian Journal of Middle Schooling*, *20*(1), 33–44. <https://bit.ly/4mre4AM>
- Diener, E. (2009). Assessing well-being: Progress and opportunities. En E. Diener (Ed.), *Assessing well-being. The collected works of Ed Diener* (pp. 25–65). Springer.
- Fernández-Lasarte, O., Ramos, E., & Axpe, I. (2019). Rendimiento académico, apoyo social percibido e inteligencia emocional en la universidad. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, *9*(1), 39–49. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i1.315>
- Fernández-Zabala, A., Goñi, E., Camino, I., & Zulaika, L. M. (2016). Family and school context in school engagement. *European Journal of Education and Psychology*, *9*(2), 47–55. <https://doi.org/10.30552/ejep.v9i2.136>
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, *74*(1), 59–109. <https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
- Gao, F., Yao, Y., Yao, C., Xiong, Y., Ma, H., & Liu, H. (2019). The mediating role of resilience and self-esteem between negative life events and positive social adjustment among left-behind adolescents in China: A cross-sectional study. *BMC psychiatry*, *19*(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2219-z>

- Henry, K. L., Stanley, L. R., Edwards, R. W., Harkabus, L. C., & Chapin, L. A. (2009). Individual and contextual effects of school adjustment on adolescent alcohol use. *Prevention Science*, 10(3), 236-247.
<https://doi.org/10.1007/s11121-009-0124-2>
- Izar-de-la-Fuente, I., Fernández Zabala, A., & Azpiazu, L. (2023). Satisfacción con un programa formativo para la mejora de la implicación escolar de adolescentes. En M. P. Bermúdez y M. Guillot Valdés (Eds.), *International Handbook for the Advancement of Science* (pp. 1-6). Thomson Reuters. <https://bit.ly/4p2tMnJ>
- Lozano-Rodríguez, I., & Valero-Aguayo, L. (2017). Una revisión sistemática de la eficacia de los programas de entrenamiento a padres. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 4(2), 85-101.
- Madariaga, J. M., Arribillaga, A., & Zulaika, L. M. (2014). Componentes y relaciones de un modelo estructural del ajuste psicosocial en la adolescencia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 6(1), 303-310.
- Martínez, R. A. (2009). *Programa-guía para el desarrollo de competencias emocionales, educativas y parentales*. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.
- Oliva, A., Hidalgo, V., Martín, V., Parra, A., Ríos, M., & Vallejo R. (2007). *Programa de apoyo a madres y padres de adolescentes*. Junta de Andalucía. Consejería de Salud.
- Ramos-Díaz, E., Axpe, I., & Escalante, N. (2023). Satisfacción de las implementadoras con una impartición formativa para mejorar la implicación escolar de adolescentes. En M. P. Bermúdez y M. Guillot Valdés (Eds.), *International Handbook for the Advancement of Science* (pp. 1-5). Thomson Reuters.
- Revuelta, L., Rodríguez-Fernández, A., & Izar-de-la-Fuente, I. (2024). Ajuste psicosocial: qué es, qué variables lo determinan y cuál es su modificabilidad educativa en el alumnado con y sin NEAE. En Instituto Dominicano de Evaluación e Investigación de la Calidad Educativa (Org.), *Calidad educativa: innovando y mejorando a través de la investigación y la evaluación* (pp. 126-148). Gobierno de la República Dominicana.
- Rodrigo, M. J., Máiquez, M. L., Martín, J. C., Byrne, S., & Rodríguez, B. (Eds.). (2015). *Manual práctico de parentalidad positiva*. Síntesis.
- Rodrigo, M. J., Martín, J. C., Máiquez, M. L., Álvarez, M., Byrne, S., González, A., Guerra, S., Montesdeoca, M.A., & Rodríguez, B. (2010). *Programa Vivir la Adolescencia en Familia. Programa de apoyo psicoeducativo para promover la convivencia familiar*. Gobierno de Castilla La Mancha.

- Rodríguez-Fernández, A., Droguett, L., & Revuelta, L. (2012). Ajuste escolar y personal en la adolescencia: El papel del autoconcepto académico y del apoyo social percibido. *Revista de Psicodidáctica*, 17(2), 397-414.
<https://doi.org/10.1387/Rev.Psicodidact.3002>
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Fernández-Zabala, A., Goñi, E., Esnaola, I., & Goñi, A. (2016a). Contextual and psychological variables in a descriptive model of subjective well-being and school engagement. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 16(2), 166-174.
<https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2016.01.003>
- Rodríguez-Fernández, A., Ramos-Díaz, E., Madariaga, J. M., Arribillaga, A., & Galende, N. (2016b). Steps in the construction and verification of an explanatory model of psychosocial adjustment. *European Journal of Education and Psychology*, 9(1).
<http://dx.doi.org/10.1016/j.ejeps.2015.11.002>
- Seligman, M. E. P., & Adler, A. (2018). Positive education. *Global Happiness Policy Report*, 52-73.
- Simons-Morton, B., & Chen, R. (2009). Peer and parent influences on school engagement among early adolescents. *Youth & Society*, 41(1), 3-25.
<https://doi.org/10.1177/0044118X09334861>
- Tomás, J. M., Gutiérrez, M., Pastor, A. M., & Sancho, P. (2020). Perceived social support, school adaptation and adolescents' subjective well-being. *Child Indicators Research*, 13, 1597-1617. <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09717-9>