



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

CURSO 2023/2024

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Propuesta de intervención para padres y madres dirigida
a la prevención de problemas de salud mental infantil
derivados de la hiperpaternidad

Autora: Itziar Marbán Ciudad
Tutelado por: Margarita del Hoyo Rodríguez

Valladolid, junio 2024

A lo largo de este Trabajo de Fin de Grado he tratado de ser lo más cuidadosa y respetuosa posible en cuanto a lenguaje inclusivo se refiere, haciendo mención a ambos sexos “padre/s y madre/s”, “hijo/s e hija/s”, “niño/s y niña/s” siempre que he tenido la oportunidad. Sin embargo, quiero aclarar que, si en algún momento he hecho uso del masculino genérico “padre/s”, “niño/s” o “hijo/s”, ambos sexos son tomados en cuenta. Cuando, mediante estos términos últimos, se haga referencia únicamente al sexo masculino, se clarificará explícitamente.

RESUMEN

El siguiente Trabajo de Fin de Grado introduce el tema de la hiperpaternidad, un estilo de crianza sobreprotector en aumento en la sociedad actual. Se analizarán diferentes aspectos relacionados con la hiperpaternidad, tales como sus características y consecuencias en términos de salud mental infantil, todo ello respaldado por una introducción a la socialización y la evolución de los estilos parentales. Además, un repaso por los avances sociales ocurridos en los últimos años como principales causantes del crecimiento de este estilo parental.

Como segunda parte del trabajo, una propuesta de intervención educativa para la formación de padres y madres en términos de hiperpaternidad, con el objetivo de prevenir sus efectos negativos en la salud mental de niños y niñas. Dicha propuesta, sustentada en el previo marco teórico, presenta un metodología, planificación y diseño de propia elaboración. Se incluye un planteamiento de consecuencias derivadas de la hipotética puesta en práctica de la propuesta.

Palabras clave: hiperpaternidad, estilos parentales, salud mental, padres, niño, propuesta de intervención.

ABSTRACT

The following Final Degree Project introduces the topic of hyperparenting, an overprotective parenting style on the rise in today's society. Different aspects related to hyperparenting will be analysed, such as its characteristics and consequences in terms of children's mental health, all supported by an introduction to socialisation and the evolution of parenting styles. In addition, a review of the social developments that have occurred in recent years as the main causes of the growth of this parenting style.

The second part of the work includes an educational intervention proposal for the training of parents in terms of hyperparenting, with the aim of preventing its negative effects on children's mental health. This proposal, based on the previous theoretical framework, presents

a methodology, planning and design of my own elaboration. It includes an approach of consequences derived from the hypothetical implementation of the proposal.

Keywords: hyperparenting, parenting styles, mental health, parents, child, intervention proposal.

ÍNDICE

1. Introducción	1
2. Justificación	2
2.1.Vinculación con las competencias del grado	5
3. Objetivos	5
4. Fundamentación teórica	7
4.1.La familia como principal agente de socialización.....	7
4.2.Los estilos parentales	10
4.2.1. Concepto y origen	10
4.2.2. Tipos de estilos parentales	11
4.3.La hiperpaternidad, un nuevo estilo parental basado en la sobreprotección....	14
4.3.1. ¿Qué es la hiperpaternidad?	15
4.3.2. Consecuencias de la hiperpaternidad	19
4.3.3. La sobreprotección, una dinámica en aumento en la sociedad actual	27
5. Propuesta de intervención educativa	32
5.1. La importancia de la formación de los padres y madres en educación	33
5.2.Objetivos de la propuesta	36
5.3.Metodología	38
5.4.Desarrollo	41
5.5.Cronograma	50
5.6.Conclusiones de la propuesta	52
6. Reflexión crítica	54
7. Referencias bibliográficas	56
Anexos.....	59

ÍNDICE DE FIGURAS Y GRÁFICAS

Figura 1. Estilos parentales según Diana Baumrind.	11
Figura 2. Estilos parentales según Maccoby y Martin.....	13
Gráfica 1. Estudio sobre una muestra de niños y niñas en estilo sobreprotector.....	23

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, se utiliza el término “generación de cristal” para referirse a la generación de jóvenes nacidos a partir del año 2000. Se caracteriza, entre otras cosas, por una gran determinación en las luchas sociales para defender problemáticas que consideran injustas como la igualdad de género o la lucha por los derechos LGTBIQ+. Sin embargo, otras características que resaltan de esta generación son la baja tolerancia a la frustración, la sensibilidad a la crítica y la mayor presencia de problemas de salud mental. Entre la población podemos ver comentarios hacia esta realidad como “tienen la piel muy fina”, “son muy frágiles”, “no se les puede decir nada porque lo cuestionan todo”. Pero, alguien se ha preguntado alguna vez ¿por qué esta generación está llena de esa “debilidad”?

La respuesta está en la hiperpaternidad, un estilo de crianza sobreprotector, creciente en la sociedad que está provocando un aumento desmedido de casos de ansiedad y depresión en los niños y jóvenes. Este será el tema en torno al que girará el presente Trabajo de Fin de Grado y que intentaré desarrollar lo más completa y correctamente posible.

En primer lugar, justificaré el por qué he considerado este tema de interés para basar mi TFG en él, vinculándolo también con las competencias de grado requeridas para el título. Además, plantearé una serie de objetivos a conseguir a lo largo del trabajo, tanto de contenido como de expresión. Posteriormente, realizaré un marco teórico en el cual he querido abordar diferentes temas, todos ellos relacionados directa o indirectamente con la hiperpaternidad. Comenzaré hablando sobre la socialización y el papel que tiene la familia en este proceso, después un resumen sobre los estilos parentales y sus tipos hasta llegar al tema que más nos concierne, la hiperpaternidad, sus características y sus consecuencias.

He considerado oportuno, no solo analizar un problema en la sociedad sino también crear una herramienta para poder prevenirlo. Por ello, presentaré una propuesta de

intervención educativa para padres y madres en la que se intenta concienciar sobre los peligros de esta práctica educativa y formar en estilos educativos sanos. En este apartado mencionaré también la importancia de la formación parental como fundamentación del taller.

Para cerrar este trabajo, haré una reflexión crítica sobre el proceso de desarrollo y los conocimientos aprendidos, en relación con mi futura profesión de maestra.

2. JUSTIFICACIÓN

El motivo por el que he elegido la hiperpaternidad como tema para mi Trabajo de Fin de Grado en Educación Infantil es porque considero que es la etapa y el momento clave para abordar una situación que, de no ponerle freno, puede provocar consecuencias graves en la salud mental de los seres humanos, afectando a toda la sociedad en su conjunto.

La sobreprotección aplicada en los estilos parentales se puede dar a lo largo de cualquier etapa en la crianza de un ser humano, un padre/madre puede ser sobreprotector con su hijo/a de 16 años al no dejarle salir de casa más tarde de las nueve de la noche para evitar que le pase algo, otro quizá no deje a su hijo/a de 4 años montarse en el columpio del parque para que no se haga daño. Entonces, si este factor puede aparecer a lo largo de tantos años ¿cuál es la razón de que se trabaje desde tan temprano? Efectivamente, la clave está en la edad.

En la etapa preescolar, correspondiente al periodo entre 3 y 6 años de edad, existen dos factores muy importantes a tener en cuenta en el desarrollo de un niño: la plasticidad cerebral y la crianza parental. He de destacar que también es importante en la etapa de 0 a 3 años, pero por correspondencia al Grado de Educación Infantil me centraré únicamente en ese rango de edad.

La plasticidad cerebral (también denominada plasticidad neuronal o neuroplasticidad)

es “la capacidad del sistema nervioso para modelar su estructura y su función con arreglo a la experiencia, lo que da lugar a los procesos de aprendizaje” (Juan Narbona & Nerea Crespo-Eguílaz, 2012, p. 127). Esta capacidad supone que el cerebro pueda modificar sus conexiones neuronales basándose en las interacciones del individuo con el entorno. Estas modificaciones se traducen en aprendizajes para el individuo, los cuales poco a poco van conformando la personalidad de este.

Antes se pensaba que esta capacidad cerebral únicamente existía en la infancia, pero en 1964 la científica Marian Diamond descubrió que el cerebro es plástico también en la etapa adulta y, en general, a lo largo de toda la vida de un ser humano. El factor que diferencia la infancia del resto de etapas es que, a lo largo de esta, el cerebro crea el doble de conexiones neuronales que en las demás. Esto se traduce a que, en la infancia, los niños tienen una mayor capacidad de aprender (o desaprender) conductas, hábitos y formas de actuación, entre otros.

Esta mayor neuroplasticidad coincide con otra etapa importante: la crianza. Una etapa liderada por los progenitores del niño que no solo consiste en cubrir las necesidades básicas de este sino también en transmitir patrones culturales y conductuales, hábitos, creencias, afecto,... Todo lo aprendido formará a lo largo de los años una parte importante de la personalidad del niño.

Combinando estos dos conceptos podemos deducir que la etapa infantil es una parte crucial y crítica en el desarrollo del ser humano. Volviendo al tema que respecta en este trabajo, la hiperpaternidad, es importante intervenir en edades tempranas en casos en los que este aspecto esté presente con el objetivo de prevenir sus consecuencias traducidas en futuros miedos, trastornos de salud mental, dependencia, etc. En edades tempranas aprender o reaprender hábitos es más efectivo gracias a la neuroplasticidad, si se quisiera intervenir, por ejemplo, en la adolescencia, sería mucho más difícil deshacer esas conexiones neuronales y crear otras.

Una vez descubierto el por qué hablar de ello a tan temprana edad es importante, surge otra cuestión: ¿por qué se necesita intervenir ahora? La respuesta la encontramos fácilmente en los medios de comunicación. Encontramos titulares en periódicos digitales tales como: “Sobreproteger a los niños los puede hacer más vulnerables al estrés y la ansiedad” del Diario Ara, o “Las terribles consecuencias de la sobreprotección de los niños” de El Correo. Solo un par de ejemplos de los cientos de reportajes y noticias acerca de este aspecto. Lo cual nos hace pensar que se trata de un acontecimiento que no se reduce a algunos casos puntuales, sino que afecta a nivel general y va en aumento. Así lo describe otro artículo del ABC, que afirma que:

Los niños nacidos desde los años noventa en los países desarrollados son los que más atención han recibido de sus padres en la historia. Es un fenómeno global cuyas consecuencias empiezan a verse ahora, cuando los millennials han ido haciéndose adultos. Y los trastornos por ansiedad, las depresiones, las conductas inmaduras y el narcisismo se han incrementado de manera notable. ¿Hay una relación entre nuestra obsesión por la seguridad infantil y estos problemas? Muchos expertos así lo creen. Algunos autores hablan incluso de una «epidemia» de sobreprotección paterna. (Sánchez, 2022).

De acuerdo con esto, observamos que las consecuencias de la sobreprotección a los niños ya se ven reflejadas en los jóvenes actuales y definitivamente no son buenas. Por lo que, respondiendo a la pregunta anteriormente planteada, es importante intervenir lo más rápido posible para prevenir que esta “epidemia” no siga afectando negativamente en la salud mental de las próximas generaciones.

Expuestas las evidencias anteriores, observamos que los estilos parentales actuales necesitan un cambio, una redirección hacia un resultado más favorable, y que a más temprana la edad de intervención mayor será la efectividad. Desde que supe que me quería dedicar a

esta profesión, tuve claro que en mi mano no solo tendría el poder de educar sino también el poder de cambiar. De cambiar la vida de los niños y niñas, pulsando las teclas correctas, ejerciendo desde el cariño y la vocación, hacia un camino en el que haya dejado huella para bien. Por ello, si en cuanto a sobreprotección se refiere se necesita un cambio lo antes posible, el primer paso es intentarlo.

2.1. Vinculación con las competencias del grado

De acuerdo con la *ORDEN ECI/3854/2007 por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil*, declaro que este Trabajo de Fin de Grado está elaborado en consecución a las siguientes competencias, establecidas en dicha legislación:

8. Actuar como orientador de padres y madres en relación con la educación familiar en el periodo 0-6 y dominar habilidades sociales en el trato y relación con la familia de cada estudiante y con el conjunto de las familias.
12. Comprender la función, las posibilidades y los límites de la educación en la sociedad actual y las competencias fundamentales que afectan a los colegios de educación infantil y a sus profesionales. Conocer modelos de mejora de la calidad con aplicación a los centros educativos.

3. OBJETIVOS

Al realizar un trabajo, es importante tener en mente cuál es la meta que se quiere alcanzar con él. En mi caso, me planteo dos objetivos principales a conseguir con el desarrollo de este TFG:

- Prevenir los estilos parentales sobreprotectores propios de la hiperpaternidad mediante la información de sus consecuencias en términos de salud mental infantil.
- Formar a las familias en estilos parentales sanos para el desarrollo óptimo de sus hijos e hijas.

Soy consciente de que la palabra “prevenir” no es algo fácil de conseguir, menos en algo tan globalizado, pero considero que crear una herramienta para ello supone en sí mismo un paso hacia dicho objetivo.

Seguido de los objetivos generales, existen varios objetivos específicos que los apoyan y sustentan:

- Concebir a la familia como agente principal en el desarrollo del ser humano.
- Estudiar la evolución de los estilos parentales y sus características.
- Analizar los cambios ocurridos en la sociedad en los últimos años y relacionarlos con los estilos parentales aplicados hoy en día.
- Analizar el factor “sobrepotección” en los estilos educativos de las familias en la actualidad y considerarlo un peligro creciente.
- Prevenir las consecuencias de la hiperpaternidad en la salud mental de los niños presentes y futuros mediante el desarrollo de una propuesta de intervención concebida como una posible herramienta de cambio.
- Concienciar acerca de la importancia de la etapa infantil como una etapa de prevención e intervención.
- Observar a las familias no desde una perspectiva culpabilizadora sino desde una postura de comprensión y colaboración.

4. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

4.1. La familia como principal agente de socialización

La socialización es concebida como “el proceso por cuyo medio la persona humana aprende e interioriza, en el transcurso de su vida, los elementos socioculturales de su medio ambiente, los integra en la estructura de su personalidad, bajo la influencia de experiencias y de agentes sociales significativos, y se adapta al entorno social” (Marín, 1986). Se trata de un proceso continuo en el que, mediante interacciones con los demás, el individuo es considerado miembro de la sociedad. Se le denomina continuo porque está presente desde el nacimiento hasta la muerte del individuo, manteniendo un desarrollo permanente y una evolución constante con sus interacciones. Sin embargo, este proceso “tiene una mayor importancia en la infancia ya que es el momento en el que se le da una interiorización valorativa a aquello que se interpreta” (Marín, 1986).

A través de la socialización, el individuo aprende las conductas sociales (por ejemplo, hábitos, costumbres o formas de interacción) que son consideradas adecuadas dentro del contexto en el que se encuentra, así como las normas y valores que las acompañan. Todo este aprendizaje progresivo conforma lo que conocemos como la personalidad de un individuo, la cual no solo se ve influenciada en cómo el individuo interactúa con la sociedad sino también en cómo la sociedad interactúa con este. Como vemos, la socialización y la educación son procesos que se realizan simultáneamente y están estrechamente relacionados.

El objetivo principal de la socialización es la autorregulación del individuo, es decir, la capacidad de este para pasar del control externo que ejercen, por ejemplo, sus padres al autocontrol. Este proceso se conseguirá a través de una maduración tanto cognitiva como emocional del individuo, lo que le permitirá adquirir una independencia a través de la cual se pueda adaptar a las circunstancias del entorno.

Todo este proceso de aprendizaje y desarrollo mencionado anteriormente se lleva a cabo a través de dos fases dentro de la socialización (Petrus, recuperado por Yubero, 2004). La socialización primaria, por un lado, es la fase más importante, en la cual el niño adquiere sus primeros aprendizajes en el ámbito social e intelectual. En ella interviene principalmente la familia, por ser su entorno más cercano, y posteriormente se une la escuela. Por otro lado, en la socialización secundaria se refuerzan y amplían los aprendizajes de la anterior. En esta fase intervienen sus iguales (amigos), medios de comunicación y, en la actualidad, las tecnologías. Podemos observar que en cada fase de socialización intervienen diferentes personas o instituciones, los cuales poseen el nombre de agentes de socialización. La función de estos agentes es que el individuo logre interiorizar correctamente la estructura social correspondiente al contexto. A continuación, voy a hablar más detalladamente del papel de la familia dentro de todo este proceso, por ser el agente involucrado en el tema de este trabajo.

La familia, como he mencionado anteriormente, es un agente socializador con un papel esencial en la socialización primaria. Es el primer agente con el que se relaciona el ser humano al nacer y, como norma general, la mayoría de los vínculos familiares que forme se mantendrán a lo largo de varias etapas en su vida.

No obstante, para hablar de familia primero debemos conocer su definición. De acuerdo con la primera acepción de la RAE, este concepto se define como “grupo de personas vinculadas por relaciones de matrimonio, parentesco, convivencia o afinidad”. Este concepto ha ido evolucionando a lo largo del tiempo a la vez que la sociedad ha ido avanzando en términos culturales y religiosos. Tradicionalmente, la familia se concebía como un matrimonio de un hombre y una mujer, con sus hijos biológicos y los parientes de los progenitores. Sin embargo, ahora la familia se ve como algo que va más allá de la sangre y que no tiene por qué estar limitada a ella, sino un lugar en el que sentirse cuidado y donde recibir afecto. A la familia tradicional se le ha unido una larga y diversa lista de tipos de familias en las que

incluimos familias homoparentales, monoparentales, reconstituida, agregada, extensa, ..., todas ellas con sus propios miembros y características.

A lo largo de este trabajo me centraré en la familia nuclear, aquella que forman los progenitores y el hijo/los hijos de estos conviviendo todos bajo un mismo techo, por ser los primeros los que ejercen los estilos parentales sobre los segundos. Siendo consciente de que los progenitores de un niño pueden ser una madre y un padre, dos madres, dos padres, una madre únicamente o un padre únicamente (incluso otros miembros de la familia por la ausencia de ambos) utilizaré el término padres y/o madres en este trabajo para facilitar la lectura. Sin embargo, pongo en conocimiento que todo tipo de familias son incluidas en él.

Independientemente del tipo de familia del que hablemos, todas y cada una de ellas tienen las mismas funciones. Según Williams y Leaman, recuperado de anónimo, las funciones básicas de la familia son cuatro: la socialización, la provisión de cuidados y afecto, la reproducción y la transmisión de derechos y costumbres de acuerdo a su nivel socioeconómico. Además, hay unos determinados valores fundamentales que los padres deben transmitir a sus hijos para un correcto desarrollo personal y social, como, por ejemplo: la comprensión, la comunicación, la justicia, la responsabilidad, etc.

La socialización de un niño a edad temprana se lleva a cabo mediante la recepción de modelos. En este caso, el modelo que tomará de referencia será el de sus progenitores por ser el entorno más próximo a él y, sobre todo en los primeros años, el único conocido (Marín, 1986). Los niños ignoran la existencia de otros modelos alternativos por lo que el que le proporcionen sus padres será el que adopte como correcto (lo sea o no) y procederá a interiorizarlo como parte de su personalidad. Lo que sus padres le enseñen como incorrecto, el niño lo aprenderá como incorrecto. A medida que el individuo crezca, a través de la interacción con otros modelos (en otros agentes de socialización) podrá replantearse el suyo aprendido al compararlo con otros, pero le será más difícil modificarlo. De acuerdo con

Yubero (2004) “la influencia de la relación paternofilial anterior a la adolescencia juega un papel decisivo, y por ello los esfuerzos socializadores deben iniciarse desde la niñez más temprana”.

La responsabilidad que recae en los padres como podemos ver es muy notable. Son referentes encargados de transmitir los principales valores y conductas para formar un miembro de la sociedad que cumpla las normas y siga con sus patrones. Su educación se basa en la formación del propio individuo, enseñarle a ser una persona válida y autosuficiente, fundamentada en el bienestar. La transmisión de todos estos principios se recoge en los estilos parentales.

4.2.Los estilos parentales

4.2.1. Concepto y origen

Además de “estilos parentales”, existen numerosos términos que podemos utilizar para referirnos a este concepto, como, por ejemplo, “estilos educativos”, “modelos parentales”, “estilos de crianza”. Sin embargo, todos ellos se utilizan para referirse a una misma idea. Existen numerosas definiciones para explicar qué son los estilos parentales; según Darling y Steinberg, recuperado por Arndt y Merino (2004), los estilos de crianza se conciben como “una constelación de actitudes hacia los niños, que son comunicadas hacia él y que, tomadas en conjunto, crean un clima emocional en que se expresan las conductas de los padres”. Dicho clima emocional variará en función de cómo sean las conductas (de autoridad, de afecto,...). y será el ambiente donde el niño va a crecer, teniendo consecuencias positivas y/o negativas en su desarrollo.

Muchos autores han sido los que han estudiado acerca de este concepto, aunque sea un campo de investigación ampliado recientemente. La pionera en este ámbito fue Diana Baumrind (1927), una psicóloga especializada en psicología del desarrollo quien, a finales de

los años setenta, se interesó por la presencia de la autoridad en la relación entre padres e hijos. Realizó numerosas investigaciones a lo largo de treinta años en las que pretendía descubrir la correlación entre los estilos de crianza de los padres y el desarrollo de características del niño en su personalidad. Fue quien acuñó el término “estilos parentales” y en la actualidad, su trabajo representa un punto de referencia en el campo del apoyo y control parental, la autonomía y el desarrollo del hijo, siendo una fundamentación para diversos autores.

4.2.2. *Tipos de estilos parentales*

La investigación acerca de los estilos parentales ha evolucionado a lo largo de los años y, con ello, las categorías en las que se clasifican según el autor o autores que lo estudien. El factor principal que diferencia unas categorías de otras son las variables tenidas en cuenta para ello. Me voy a centrar principalmente en la clasificación de Diana Baumrind, mencionada anteriormente, por ser la pionera en este campo de investigación y posteriormente hablaré de los estilos parentales según Maccoby y Martin (1983) ya que es la clasificación que se usa como referencia hoy en día.

Comenzamos con Diana Baumrind, quien clasificó los estilos educativos en función de tres variables: control parental, comunicación y afecto. A continuación, una tabla reflejando esta clasificación.

VARIABLES	ESTILOS PARENTALES SEGÚN BAUMRIND		
	Autoritario	Permisivo	Autoritativo
Control parental	En exceso	Poco	Equilibrado
Comunicación	Limitada	Escasa	Buena
Afecto	Bajo	Alto	Alto

Figura 1. Estilos parentales según Diana Baumrind. De elaboración propia.

Reflexionando acerca del grado en el que estas variables están presentes dentro de la familia, concluyó en estos tres modelos educativos, para los cuales estableció unas características propias de cada uno:

- Estilo autoritario: Se caracteriza fundamentalmente por un alto control parental, que se traduce en reglas muy estrictas impuestas por el padre/madre que el hijo debe cumplir. El grado de comunicación es bajo debido a que las reglas impuestas por los progenitores son decididas únicamente por ellos, sin contar con la opinión de su hijo. Derivado de ello, surge el bajo nivel afectivo de padres a hijos, algo que se ve reflejado en su carácter estricto que solo se centra en que los niños obedezcan las normas impuestas para moldearlos, sin una comunicación que se interese por su bienestar y coartando su autonomía.
- Estilo permisivo/no restrictivo: Es un modelo totalmente contrario al anterior. En este caso, el objetivo de los padres es aceptar cualquier deseo de su hijo o hija. De acuerdo con esto, vemos altos niveles de afecto en los progenitores al atender todas las necesidades de sus hijos. Sin embargo, las atienden sin capacidad para ponerles límite, permitiendo (de ahí el nombre del estilo “permisivo”) cualquier conducta decidida por el niño. Esto refleja un grado de control parental bajo porque no presenta ningún rasgo de autoridad. La falta de comunicación la vemos en esta ausencia de normas, el padre/madre no comunica ninguna norma al niño y este no comunica lo que hace porque se le permite cualquier acción.
- Estilo autoritativo/democrático: Se consideraría como un equilibrio entre los dos estilos anteriores. Presenta un control parental equilibrado porque podemos ver que sí existen las normas, pero no son totalmente rígidas sino que son construidas y aceptadas por ambos, padres e hijos, algo a lo que Baumrind llamaba «reciprocidad jerárquica» (Peña Calvo et al., 2008). La comunicación por consecuencia también es

buena porque es bidireccional, escuchando ambos puntos de vista en la interacción. Por último, observamos que el afecto es alto ya que los padres se preocupan de que sus hijos desarrollen una autonomía a la vez que inculcan la responsabilidad en sus actos.

Esta fue la primera clasificación que se hizo en los estilos parentales, aunque no la definitiva hoy en día. Fueron dos autores, Maccoby y Martin, quienes reformularon la clasificación de Baumrind y definieron los cuatro estilos parentales que tenemos como referencia en la actualidad. En su caso, se basaron en dos variables para elaborarla:

- Control/Exigencia: Se refiere a la disciplina, la cantidad de normas establecidas por los padres y las expectativas que tienen sobre sus hijos.
- Afecto/Sensibilidad: Se refiere al nivel de apoyo emocional (amor, aprobación) que ofrecen los padres y su capacidad para dar respuesta a las necesidades afectivas de sus hijos.

Tenidas en cuenta el grado de estas dimensiones y su combinación entre ellas, ampliaron la clasificación a cuatro estilos parentales.

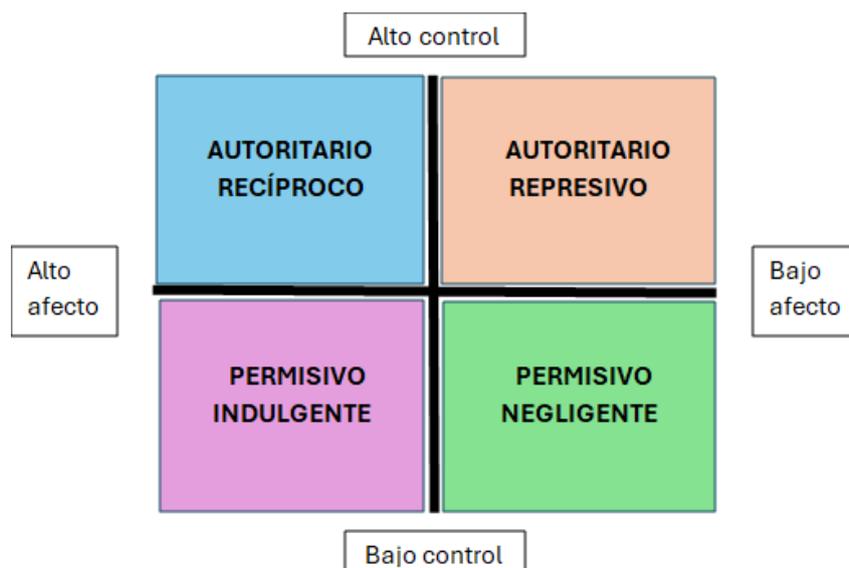


Figura 2. Estilos parentales según Maccoby y Martin. De elaboración propia.

Tres de estos estilos parentales ya los mencionaba Baumrind en su clasificación, aunque con otros términos. El estilo autoritario-recíproco es el equivalente al estilo autoritativo o democrático, el autoritario-represivo el equivalente al estilo autoritario, y el permisivo indulgente al estilo permisivo o no restrictivo. Por tanto, Maccoby y Martin además de reafirmar la investigación de esta psicóloga, ampliaron su clasificación con un nuevo estilo educativo: el estilo permisivo-negligente.

En primer lugar, observamos que presenta un bajo nivel de control parental, es decir, una autoridad nula y ausencia de normas y límites. Esta primera variable coincide con el estilo permisivo-indulgente, sin embargo, lo que lo diferencia de él es el bajo nivel de afecto presente en la relación paternofilial. En este caso, la ausencia de límites no surge por un gran afecto y cariño de los padres hacia el niño sino por la falta de implicación e interés que tienen en su educación. No hay comunicación y pasan el menor tiempo posible con sus hijos, sin tener respuestas afectivas ni de control hacia ellos en el día a día, lo que denota poco o nulo compromiso con su labor parental educativa.

4.3. La hiperpaternidad, un nuevo estilo parental basado en la sobreprotección

Hemos estado analizando de forma general los diferentes estilos parentales derivados de estudios e investigación a lo largo de los años. Sin embargo, en la sociedad del siglo XXI ha ido surgiendo una nueva forma de crianza, la cual podríamos considerar como el quinto estilo parental. Es la denominada “hiperpaternidad”, una forma de educación parental basada en la sobreprotección de padres hacia sus hijos que, a pesar de que ha aparecido recientemente en la sociedad, se ha expandido a una gran velocidad. A lo largo de este apartado, analizaré en qué consiste este “estilo parental” y cuáles son las consecuencias negativas que está teniendo hoy en día.

4.3.1. *¿Qué es la hiperpaternidad?*

La hiperpaternidad se puede definir como un modelo de crianza contemporáneo en el que los hijos son el centro de atención de sus padres y reciben de estos una atención excesiva, casi obsesiva. Oímos hablar de esta dinámica parental por primera vez en Estados Unidos. Haim G. Ginott (1922-1973) fue un psicólogo y psicoterapeuta infantil, maestro y educador que se interesó por las relaciones paternofiliales y publicó varios libros en los que hablaba sobre la importancia de la comunicación y daba consejos a los padres sobre cómo llevar a cabo una crianza responsable y efectiva. En uno de sus libros “Entre padres y adolescentes” (1969) encontramos la primera referencia a este modelo educativo. Creó el término “padres/madres helicóptero” a raíz de numerosas entrevistas que tuvo con adolescentes en las cuales muchos de ellos utilizaban el término “helicóptero” para hacer referencia a cómo sus padres y madres estaban siempre encima de ellos, literalmente sobrevolando sus vidas como un helicóptero.

Como este, diferentes términos se han ido creando para hacer referencia a las diversas formas en las que los padres sobreprotegen a sus hijos. Eva Millet (1968), una periodista y escritora nacida en Barcelona, ha centrado gran parte de su carrera a estudiar e informar acerca de la hiperpaternidad y sus consecuencias a través de conferencias y publicaciones. Tomaré gran parte de sus conocimientos para este trabajo por considerarla la principal referente en España sobre este modelo de crianza. En 2015 publicó “Hiperpaternidad”, un libro donde analiza sus consecuencias y da claves a los padres para llevar a cabo una “sana desatención”. En él, además de hacer mención a los “padres helicóptero” ampliaba la lista con otros términos refiriéndose a diferentes tipos de padres y madres dentro de este estilo. Algunos de ellos son:

- Padres apisonadora: Aquellos padres que allanan el camino a sus hijos, preparándose para que no se encuentren con ninguna dificultad.

- Padres bocadillo: Una escena recurrente en los parques donde la madre o el padre siguen con el bocadillo del almuerzo al niño mientras juega.
- Padres secretarios: Ordenan y planifican toda su vida, desde preparar sus mochilas hasta organizar las actividades de todo el día.

Con estos ejemplos nos podemos hacer más o menos una idea de cómo son estos padres y qué formas de actuar tienen con sus hijos. A continuación, describo más a fondo las características generales que presentan estos “hiperpadres”, como Eva Millet los denomina.

- Sobreprotección

Uno de los rasgos principales de la hiperpaternidad y que engloba el resto de las características. “La sobreprotección es el cuidado desproporcional y desmedido de una madre, un padre o ambos compañeros al respecto de los niños” (Estévez, 2020). Este cuidado se traduce en una vigilancia constante y excesiva de los padres a la vida del niño. Con esta supervisión lo que hacen es adelantarse a cualquier problema que pueda acechar la vida de su hijo y resolverlo por ellos de forma sistemática. Pasan a hacer todo por su hijo, incluso cosas que sus hijos tendrían la capacidad de hacer por ellos mismos sin necesidad de ayuda.

Una escena muy común que se observa a la salida de los colegios (y que he tenido la oportunidad de comprobar a lo largo de mis prácticas) es que los niños salen de clase y cuando llegan a sus padres, estos automáticamente les cogen la mochila para cargar con ella porque “es que sale muy cansado del colegio”, suele ser la justificación. Son como una especie de guardaespaldas de sus propios hijos, preparados para parar cualquier problema y evitar que afecte su vida y su bienestar. Como el ejemplo anterior tenemos otros, como los padres o madres que se sientan todas las tardes con sus hijos para ayudarles con los deberes, incluso casos en los que los hacen ellos mismos, o recoger sus propios juguetes. Esta sobreprotección puede estar presente también en la época de la adolescencia, donde

encontramos padres utilizando aplicaciones para geolocalizar la ubicación de su hijo o hija, aplicando esa constante vigilancia.

- Ausencia de límites y normas

Los padres y madres quieren que su hijo/a sea lo más feliz posible y, según su forma de pensamiento, para que eso ocurra deben de conceder todos sus deseos y cumplir todas sus necesidades. Por tanto, no establecen ningún tipo de norma o límite que pueda “coartar la libertad” del niño o le impida conseguir lo que él quiere, los padres no le dicen “no” a nada. Consideran al niño como “el rey de la casa” al que todo se le permite y todo se le da. Incluso le llegan a preguntar sobre cosas tales como: ¿te quieres duchar?, ¿quieres tomarte la medicina?, ¿quieres cenar?,... A pesar de que en la comunicación entre padres e hijos es importante tener en cuenta también las opiniones del niño, hay algunas decisiones que deben ser tomadas únicamente por la madre o el padre por ser los adultos responsables en la relación.

- Adulación y justificación a ultranza

Relacionado con el punto anterior, además de cumplir con todas las necesidades del niño, los padres alaban y admiran cada cosa que hace el niño, aplicando un refuerzo positivo por algo que se merezca o también por cosas básicas del día a día que es normal que el niño haga (por ejemplo, recoger o lavarse los dientes). El término que utiliza Eva Millet para referirse a esto es “niño altar”. Como consecuencia de esta admiración excesiva, los padres justifican a ultranza todo aquello que el niño haga mal. Encontramos frases como “lo habrá hecho sin querer, mi hijo es muy bueno”, “habrá tenido un mal día”, “es que es muy sensible” o “mi hijo no ha podido hacer eso”, sobre todo muy frecuente en el entorno escolar hacia el maestro. Es tal la admiración hacia el niño que creen que su hijo no puede equivocarse ni hacer cosas mal porque para ellos tiene que ser perfecto.

- Precocidad e hiperactividad

Los padres quieren que los niños hagan más cosas y a una edad cada vez más temprana. Creen de manera excesiva en la importancia de la estimulación precoz, la cual busca favorecer al máximo el desarrollo de las facultades cognitivas, físicas, emocionales y sociales de los menores. Por ello, quieren que sus hijos aprendan lo antes posible a leer, escribir, hacer algún deporte, idiomas. El objetivo de esto es que los niños destaquen sobre los demás por lo que, aunque sus padres les sobreprotegen y allanan el camino en multitud de ocasiones, también ejercen sobre sus hijos una cierta presión para que se esfuercen en ser los mejores.

Una manera de ver esto claramente es en el abuso que se ejerce de las actividades extraescolares a edades muy tempranas. Los padres apuntan a los niños a una gran cantidad de ellas, ocupando sus tardes sin dejarles un momento de descanso o juego. Esto se refleja también cuando se hacen más mayores y comienzan a tener varios profesores particulares y acudir a academias. Algunos padres justifican las excesivas extraescolares con conflictos con su horario de trabajo, los cuales imposibilitan hacerse cargo del niño en un periodo determinado del día. Entendiendo esto como un problema complejo cuya decisión comprende únicamente a los progenitores, es cierto que existen otras opciones como canguros o familiares que permitan organizar el tiempo de manera que haya espacio para el juego.

- Planificación de la vida del hijo/a

Los padres ejercen un excesivo control en todos los ámbitos de la vida de sus hijos. No solo planifican su día a día con todas las actividades extraescolares, sino que, incluso antes de que nazcan ya saben el colegio al que va a ir, la carrera que va a estudiar o cuál va a ser su profesión. Preparan toda una agenda con el objetivo de que su hijo o hija tenga una vida perfecta, allanada y encaminada por ellos.

Viendo este conjunto de comportamiento parentales, nos planteamos las siguientes preguntas ¿cuál es el objetivo de los padres y madres que aplican en su estilo de crianza este tipo de conductas? o ¿por qué actúan de esta manera? Como la mayoría de los padres y madres, su objetivo en la crianza de un hijo es ayudarles y protegerles para que crezcan y se desarrollen de manera óptima en todas sus facetas. Sin embargo, se les está haciendo creer a los padres que para ser buenos los niños no tienen que experimentar ningún tipo de malestar o sufrimiento, ni contradicciones. En el modelo de la hiperpaternidad, los padres y madres tienen muy presente el término de “trauma”. Quieren evitar a toda costa que el niño sufra, ocasionándole un trauma de por vida. Sin embargo, en este estilo parental los padres y madres amplían el rango de “posibles situaciones que generarían un trauma” hasta cosas del día a día tales como: que los niños aprendan a dormir solos, perder en un juego, reñirles o suspender un examen. Este concepto se ha ampliado tanto que ahora algo que debería ser considerado como un aprendizaje normal en la vida de un ser humano es considerado como traumático. Por ello, los padres que desarrollan su estilo de crianza bajo esta creencia tienden a educar a sus hijos “entre algodones”.

4.3.2. *Consecuencias de la hiperpaternidad*

A pesar de que los padres actúen de esta manera con la mejor intención, los comportamientos propios de la hiperpaternidad tienen efectos negativos en sus hijos a nivel psicológico, emocional, académico y familiar. No solo tiene efectos inmediatos en el día a día del niño, sino que estos comportamientos mantenidos y alargados en el tiempo pueden afectar a su salud mental de forma permanente. A continuación, relataré las consecuencias que provoca en los diferentes ámbitos:

- Ámbito psicológico y emocional

El área que sufre un mayor impacto en este estilo educativo y una de las más importantes

por representar una parte esencial del desarrollo del ser humano. Podemos dividir estas consecuencias en tres grandes apartados: autoestima alterada, ausencia de autonomía y problemas de salud mental tales como ansiedad y depresión.

1. Autoestima alterada

Aquellos niños y niñas que hayan sido criados bajo los comportamientos de la hiperpaternidad poseen una autoestima y un autoconcepto de sí mismos inestables e incoherentes ya que se sobrevaloran y se infravaloran al mismo tiempo.

Estos niños poseen una **faceta narcisista**, en la cual muestran **actitudes engreídas** y tienen unas **expectativas altas de éxito** en todo lo que se proponen. Esto es provocado por la adoración que han recibido siempre de sus padres, quienes, desde su nacimiento, los convirtieron en el centro de su mundo y siempre les dijeron lo bien que han hecho las cosas, pero nunca los fallos. Como consecuencia, el niño o niña ha crecido y construido su autoestima creyéndose un ser perfecto que nunca se equivoca y que, además, destaca sobre el resto. El hecho de que no le hayan indicado las cosas que hace mal, y él mismo piense que no las hace, provoca también una **falta de autocrítica**, siendo incapaces de reconocer sus errores y, por consecuencia, aprender de ellos. Además, cuando se le llama la atención por algún fallo, se enfadan y no lo toleran adecuadamente porque no están acostumbrados, mostrando así su **baja tolerancia a la frustración**. Lo podemos ver en los berrinches o pataletas que muestran algunos niños cuando se les corrige como “mal” una ficha o pierden en un juego.

Sin embargo, a pesar de que estos aspectos muestren una aparente autoestima alta, lo cierto es que esconden una baja autoestima donde destaca la falta de confianza en sí mismos y la falta de resiliencia.

Por un lado, la **falta de confianza en sí mismos** surge de la excesiva sobreprotección que ejercen los padres sobre los niños. Esta sobreprotección se traduce en que los padres

hacen todo por sus hijos, desde cargar su mochila al salir de clase hasta ayudarles a vestirse cuando han llegado a una edad avanzada, incluso aquello que los niños y niñas tienen la capacidad de hacer solos sin ningún problema. Al no dejarles hacerlo a ellos el mensaje que les están transmitiendo es “tú no puedes hacerlo así que lo hago yo por ti”. Este mensaje genera en el niño una falta de confianza en sus propias capacidades y, en general, una sensación de **inseguridad** en sus decisiones ya que siempre le han hecho creer que no es capaz. Esto también puede incidir en su vida social, de tal manera que se construya como una persona con falta de iniciativa y timidez, en general un niño retraído con los demás por el miedo a equivocarse.

Por otro lado, encontramos una **falta de resiliencia** ligada también a la sobreprotección. Los padres emplean sus energías para resolver los problemas que amenazan la vida de su hijo, por muy pequeños que sean. Esto provoca que el niño no se haya enfrentado a ningún obstáculo en su vida y, como consecuencia, cuando se enfrente a uno, no esté acostumbrado y no sepa cómo gestionarlo. Estos obstáculos pueden ir desde que un niño le quite su juguete favorito en el aula de infantil hasta el rechazo en un puesto de trabajo. Ambos le dolerán mucho más y su gestión emocional hacia ellos será peor si no sabe lo que es que las cosas a veces salgan mal. Al no saber cómo gestionar las dificultades tendrá una conducta evitativa hacia ellas, huyendo de los conflictos. Esto es un problema importante ya que la vida está llena de obstáculos y si no está acostumbrado a lidiar con ellos, crecerá en una vida llena de sufrimiento excesivo.

2. Ausencia de autonomía

Otro factor también ligado a la sobreprotección es la baja o nula autonomía del niño. Sus padres le han dado todo hecho por lo que su hijo/hija no ha aprendido a desenvolverse en la vida por sí solo, sin la ayuda de sus padres. Esto generará una fuerte dependencia hacia ellos al no haber desarrollado sus propios recursos, haciéndole sentir incapacitado para vivir por él

mismo. La sobreprotección, a pesar de que en el momento de su infancia genere un placer inicial al niño por no tener que esforzarse, a la larga este placer desaparece para convertirse en debilidad, miedos y problemas cuando son más mayores y tengan que enfrentarse a la vida solos. En su personalidad, esto se traduce en una falta de capacidad de liderazgo, **capacidad de esfuerzo nula** y tendencia a depender de otras personas para desenvolverse.

3. Problemas de salud mental

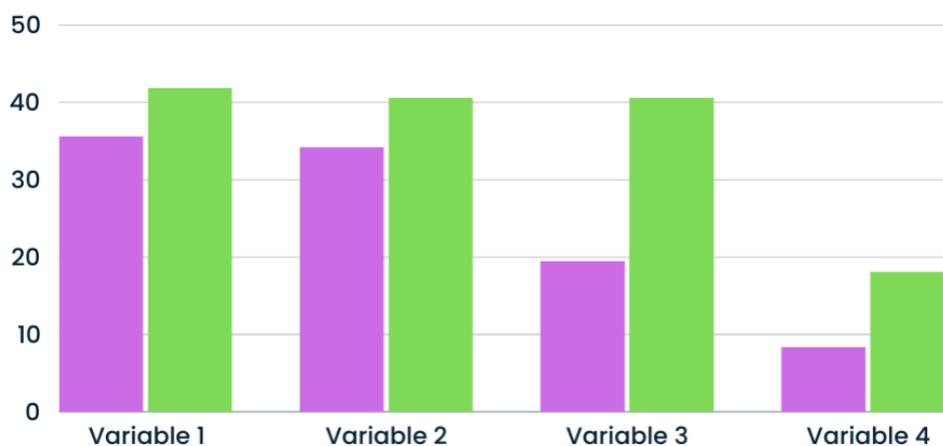
Los problemas más característicos que llegan a desarrollar estos niños expuestos a una constante hiperpaternidad son la ansiedad y el estrés.

La **ansiedad**, por un lado, tiene su origen en la cantidad de miedos y preocupaciones que le han transmitido sus padres o madres con sus limitaciones, con situaciones como “no te tires del tobogán que te vas a caer” o “no puedes subir tan alto que te vas a marear”. Además, la falta de exposición a dificultades que mencionaba previamente hará que tengan miedo a lo desconocido y la incertidumbre de la vida y se preocupen en exceso. Por otro lado, el **estrés** es ocasionado por dos factores. El primero la sobreestimulación tan precoz a la que se ven sometidos, donde en ocasiones se exponen a aprendizajes muy tempranos para la edad que tienen y lidian con tareas tan complicadas para sus conocimientos que les mantiene en un estado de estrés. El segundo son las altas expectativas que los padres ejercen sobre sus hijos para que sean los mejores en todos los aspectos, poniendo una gran presión sobre ellos para que destaquen, lo que es conocido como hiperexigencia.

Esta incidencia en la salud mental no solo se refleja durante la etapa de la infancia, sino que, si estos comportamientos parentales no son corregidos, perdurará también en la vida adulta. La hiperpaternidad es en gran parte responsable de los problemas de salud mental de hoy en día, millones de estudios y noticias demuestran esto. A continuación, algunos de los muchos titulares de noticias que hablan sobre este peligroso aumento de problemas de salud

mental infantil: “Los casos de ansiedad en niños y jóvenes se disparan por la sobreprotección” del periódico La Opinión de Málaga, “Menos juego libre, más depresión y ansiedad infantil” del periódico La Vanguardia, o “Sobreproteger a los niños los puede hacer más vulnerables al estrés y la ansiedad” del Diario Ara.

Los estudios también son muy ilustrativos para hacernos una idea de la magnitud de impacto que está teniendo este modelo sobreprotector. Un estudio realizado por catedráticos de Psicología de la Universidad Miguel Hernández (UMH), recuperado por Míguez (2023), desvela cómo han aumentado los casos de problemas psicológicos en niños y adolescentes, educados bajo un estilo sobreprotector, desde el 2017 (barra verde) hasta el 2021 (barra violeta) teniendo en cuenta cuatro variables diferentes dentro de sus vidas.



Gráfica 1. Estudio sobre una muestra de niños y niñas en estilo sobreprotector.

Variable 1: Es nervioso o dependiente ante nuevas situaciones, fácilmente pierde la confianza en sí mismo.

Variable 2: Tiene muchos miedos, se asusta fácilmente.

Variable 3: Tiene muchas preocupaciones.

Variable 4: Se siente a menudo infeliz, desanimado o lloroso.

Analizando el gráfico podemos ver que todas las variables muestran un aumento del 2017 al 2021, siendo el 50% el máximo porcentaje posible dentro de los casos de ansiedad y

estrés infantil que comprende la universidad. Aquellas variables que más han aumentado durante esos cuatro años han sido la presencia de preocupaciones en los niños con un crecimiento muy notable, desde un 19,5% a un 40,6% de los casos, y el sentimiento de infelicidad o desánimo, desde un 8,4% a un 18,1% de los casos. A pesar de que las otras dos variables no han aumentado tanto en comparación con estas, siguen teniendo un impacto significativo estando presentes en casi la mitad de los niños y niñas con problemas psicológicos estudiados. Independientemente del porcentaje, el aumento tan llamativo de estas variables en tan poco tiempo es un signo más que nos alarma del peligro de estos comportamientos sobreprotectores.

- Ámbito educativo

Otro de los ámbitos a los que afectan estos factores es el escolar. En este aspecto se pueden dar dos casos: un alto nivel educativo, generado por las altas expectativas puestas en el niño que harán que saque notas muy buenas por miedo a la decepción, o un bajo nivel educativo, al haber sido sus padres los que han intentado facilitar su vida ayudándole con los deberes o incluso haciéndolos ellos mismos. En cualquiera de los casos las consecuencias serán muy similares: ansiedad, estrés y frustraciones

Sin embargo, los efectos de la hiperpaternidad no influyen solo a los hijos e hijas a nivel académico sino también a sus profesores. Así lo presentaba Carlos Ortiz, profesor y jefe de estudios de un colegio, con el que Eva Millet tuvo una entrevista en la charla BBVA. Este explicaba algunas características que había percibido en familias sobreprotectoras y sus hijos.

En primer lugar, la más destacable es el creciente **cuestionamiento del docente** por parte de los padres y madres. Antiguamente, los maestros y maestras eran una figura muy respetada, se les trataba de usted y todo aquello que decían, los padres lo creían firmemente. Si el maestro les decía que su hijo se había portado mal o sus notas estaban empeorando, ellos

tomaban medidas hacia su hijo (riña, castigo, ...) considerando que la responsabilidad era de este. Sin embargo, en los últimos años parece que los roles han cambiado drásticamente. Ahora, si el niño/niña saca malas notas o suspende un examen son los padres los que van a hablar con su profesor, a modo de enfado y le dicen frases como “por qué ha suspendido a mi hijo”. Una reacción clara de la justificación a ultranza y adoración por él, la cual no les permite reconocer sus errores.

Esta actitud pone al docente en un compromiso y una situación tensa al cuestionársele su propio trabajo. Por desgracia, son conductas que se dan con bastante frecuencia y que he podido comprobar en mi período de prácticas en Educación Infantil. Padres y madres que justifican malos comportamientos de sus hijos/as con “es que es muy independiente, seguro que no lo hizo con mala intención”, “es que tiene una baja tolerancia a los cambios y por eso se porta así”.

Otro aspecto que destaca Carlos es que se ha encontrado con muchos niños que escuchan su primer “no” en la escuela. La ausencia de límites de sus padres hace que sus hijos se encuentran por primera vez con ellos en el colegio y, con su falta de costumbre y frustración, la reacción es casi incontrolable. Pataletas, rabietas, enfados, ... multitud de situaciones con las que tiene que lidiar el docente que suponen un esfuerzo extra en su trabajo. La cultura del error tampoco está bien vista por estos padres, lo que ocasiona que a veces hagan la tarea por sus hijos con la intención de que quede perfecta. Será perfecta sí, pero no la habrán hecho sus hijos, quienes están en proceso de aprendizaje.

En conclusión, los que están mejor posicionados para educar en carácter a sus hijos son los padres y madres y, de hecho, es su responsabilidad y no del colegio. Si esta educación no se trabaja en casa, el niño llegará al colegio con muchas limitaciones que no le permitirán desarrollar correctamente su aprendizaje, suponiendo esto a su vez aspectos a enfrentarse por parte del docente que ralentizarán su enseñanza. Una vez ese trabajo en educación se haga en

casa, la colaboración entre escuela y familia será muy positiva para el aprendizaje, siempre y cuando se respeten unos límites que no hagan que la colaboración pase a ser intromisión.

- Estrés familiar

Podríamos pensar que la hiperpaternidad genera a los padres y madres un sentimiento de satisfacción y tranquilidad por estar haciendo todo lo mejor para sus hijos, dentro de ese deseo por evitar su sufrimiento. Sin embargo, las consecuencias de este estilo educativo expresan todo lo contrario.

Uno de los rasgos de los hiperpadres es la excesiva perfección, quieren que su hijo sea perfecto, su crianza sea perfecta e incluso el embarazo y el parto perfectos. No obstante, hay un problema, y es que la perfección es imposible de conseguir. Existen tantas variables que pueden afectar la vida de una persona que no se pueden controlar ni cambiar. Sin embargo, los padres y madres de este estilo educativo invierten todas sus fuerzas en intentar controlar todos los aspectos en torno a la vida de su hijo para que salgan perfectos. Este gasto de energía provoca lo que se conoce como *burnout* parental, un sentimiento de agotamiento y cansancio físico y mental.

Este intento de perfección, en muchas ocasiones fallido, provoca también en los padres problemas de salud mental ya mencionados anteriormente: la ansiedad y el estrés. A pesar de que está demostrado que tanto padres como madres sufren estas consecuencias de la hiperpaternidad, son las madres las que más lo sufren. Esto es porque, aunque cada vez menos, las madres siguen siendo las que cargan con un mayor peso de la crianza. El estrés materno, lejos de mejorar la relación maternofilial, hace que esta sea más infeliz. Un estudio realizado por Almudena Sevilla, profesora de la Queen Mary University de Londres, y el profesor José Ignacio Giménez-Nadal, recuperado por Eva Millet (2016), establece que “las madres que suelen centrarse en lo que la literatura denomina «maternidad intensiva», tienden

a ser las más infelices cuando pasan tiempo con sus hijos”. Esta infelicidad se debe a las grandes expectativas que sienten sobre ellas por ser las madres perfectas, una presión social acrecentada por la competitividad entre familias por ver cuál cría a su hijo o hija más inteligente, con más extraescolares, más cosas y, en general, más feliz. Sin embargo, el hecho de fallar y no sentirse lo suficientemente buenas si algo no sale a la perfección es lo que les causa dicha infelicidad.

Ambos profesores también declaran que «la insatisfacción puede poner en peligro la relación conyugal, cuya estabilidad también es importante para el desarrollo del niño», afectando la relación de los progenitores. Esta mezcla de inestabilidad, infelicidad y ansiedad es transmitida indirectamente al niño, añadiendo aún más ansiedad de la que ya le generan sus propios miedos. El resultado de este conjunto es el llamado “hiperniño”, resultante de tres variables: el niño mimado de siempre, la ansiedad de los padres y la ansiedad transmitida. Al final, todo se convierte en un ciclo de ansiedad que envuelve a toda la familia y que no permite disfrutar de la relación padre/madre e hijo.

4.3.3. La sobreprotección, una dinámica en aumento en la sociedad actual

A pesar de las consecuencias perjudiciales en salud mental que hemos podido observar derivadas de la hiperpaternidad, se trata de una dinámica que cada vez es más común en la sociedad. En los últimos años, ha aumentado la presencia de sobreprotección en los estilos parentales y, tal y como muestran los medios de comunicación, sigue aumentando. Sin embargo, si hacemos una comparación con los estilos educativos ejercidos por las generaciones anteriores, en los años 70 u 80 sin ir más lejos, veremos que hay unas diferencias muy claras entre ellos.

El estilo educativo predominante a finales del siglo XX era el autoritario, un modelo

del cual ya he hablado previamente, donde las normas y obligaciones predominan sobre las emociones y el diálogo dentro de la familia. Los niños y niñas de ese momento (los que ahora son padres y madres) fueron criados en torno a unas reglas muy estrictas, en las que no se tenía en cuenta su opinión y si no se cumplían sus padres aplicaban duros castigos. Además, a pesar de que este aspecto estricto se trasladaba también al ámbito académico, no se fomentaba una educación superior, sobre todo en las clases medias bajas, ya que los jóvenes se ponían a trabajar muy pronto para aportar a la economía de la casa.

Las relaciones entre padres e hijos era distante, expresando poca emocionalidad y escasas muestras de cariño, y con una comunicación limitada. La figura parental era considerada como una figura de respeto y superioridad, habiendo una marcada jerarquía dentro de la familia que no se podía sobrepasar. Incluso las dinámicas familiares eran diferentes, donde la madre, por norma general, se quedaba en casa cuidando de la casa y los hijos, mientras que el padre trabajaba para sustentar la economía familiar. La tasa de divorcios era muy baja, por lo que los niños podían sufrir también los problemas que tuviera la pareja. En resumen, se trataba de una familia tradicional centrada en la autoridad, el respeto y la falta de comunicación y afecto.

Sin embargo, tal y como he ido analizando en los apartados anteriores, los estilos educativos en la actualidad han sufrido un cambio radical, aplicando unos comportamientos totalmente opuestos a las generaciones pasadas. Hemos pasado de un estilo educativo donde predominaban las ausencias a otro donde predominan los excesos (de protección, de atención, de admiración). La jerarquía familiar ha dado un giro, los papeles se han cambiado y, donde antes la figura de los progenitores (y más concretamente la figura paterna) tenía el control absoluto, ahora los hijos e hijas son los que están encima de la pirámide y los padres y madres lo miran desde abajo, cumpliendo sus órdenes.

Este cambio tan drástico en apenas 30 años nos hace plantearnos ¿cómo se ha dado

este cambio?, ¿qué lo ha causado?, ¿cómo ha evolucionado la sociedad a lo largo de los años para que esto ocurra? Hay un factor que considero la respuesta a estas preguntas: la modernización de la sociedad derivada de los rápidos y diversos avances tecnológicos.

En primer lugar, contemplamos los avances de la tecnología, el factor por excelencia que ha cambiado la sociedad actual. A finales del siglo pasado la presencia de tecnología era muy escasa; el único dispositivo para comunicarse era el teléfono fijo o las cabinas telefónicas, los medios para el entretenimiento eran los limitados canales de la televisión y la radio, y los dispositivos considerados más avanzados eran el *walkman*, para escuchar música, y alguna videoconsola con gráficos simples de los mismos cuatro juegos. A pesar de la limitada variedad de dispositivos, estos cubrían completamente las necesidades de comunicación y ocio que tenía la población y, además, no quitaban tiempo de contacto directo entre personas.

Sin embargo, en los últimos años la cantidad de dispositivos tecnológicos ha aumentado vertiginosamente. Nos encontramos con ordenadores portátiles, *smartphones*, *tablets*, videoconsolas de última generación, drones, *smart TV*,... Multitud de nuevos dispositivos que nos ofrecen un sinfín de conocimientos, contenido y entretenimiento gracias al avance tecnológico por excelencia, Internet. Una conexión red que nos permite acceder a multitud de contenido de todo tipo (vídeos, películas, libros, música, noticias, investigaciones, imágenes,...) en un solo segundo. La aparición del internet ha hecho que surja un nuevo medio de comunicación: las redes sociales. Whatsapp, Instagram, Youtube, Tik Tok, entre otras redes sociales, son las que hoy en día dominan nuestro tiempo y nuestro día a día.

A pesar de los beneficios iniciales que todos estos avances pueden tener, aportándonos más posibilidades para aprender y descubrir cosas nuevas, los efectos negativos no han tardado en aparecer. Poca capacidad de espera, baja tolerancia al aburrimiento, ritmo de vida frenético, escasa capacidad de concentración, son algunas de las consecuencias que la

tecnología y las redes sociales están teniendo en la sociedad. El motivo principal es la inmediatez que estos dispositivos nos aportan. Como he dicho antes, el internet nos da la información que solicitamos en unos pocos segundos. Abrimos Google y en un “clic” tenemos acceso a cientos de páginas web, en Youtube, los vídeos tardan en cargar 5 segundos y, si aparece un anuncio de más de 10 segundos ya nos impacientamos. De hecho, empresas luchan por ofrecer sus servicios lo más rápido posible, tal y como les demanda la sociedad, para intentar contentar a los clientes. Lo podemos ver en el servicio de Amazon, en el que puedes comprar un artículo y en menos de 24 horas lo tienes en tu casa. Con ello, nos hemos acostumbrado a conseguir lo que deseamos cada vez más rápido y, por consiguiente, conseguir más cosas en el menor tiempo posible.

Podríamos dar una explicación a este fenómeno por medio de la neurociencia, relacionándolo con la producción de dos hormonas: la serotonina y la dopamina. La serotonina es conocida como la hormona de la felicidad y la dopamina como la hormona del placer. La inmediatez de las tecnologías hoy en día nos genera un placer tan instantáneo (por ejemplo, viendo vídeos y vídeos de TikTok cada 10 segundos) que nuestro sistema hormonal se está acostumbrando a generar dopamina con mayor facilidad y rapidez. Esto tiene como consecuencia que actividades cotidianas que antes nos producían placer como leer o hacer ejercicio no nos produzcan ese placer tan inmediato y nos aburramos más fácilmente de ellas. Además, como cada vez encontramos menos cosas que nos produzcan placer (que no sean las redes sociales, la comida rápida,...) nos sentimos menos plenos y nuestra felicidad disminuye, es decir, se produce menos serotonina. Se convierte todo en un círculo vicioso en el que tenemos mayores momentos de placer pero somos más infelices.

Además de la inmediatez y el frenetismo mencionados, la necesidad de descubrimiento y renovación constante es otra consecuencia negativa de estos avances. La modernización de la sociedad no solo ha hecho que se inventen nuevos dispositivos sino que

además las variaciones de estos sean infinitas. Diferentes marcas y modelos de *smartphones*, tienen todos la misma función y mismas posibilidades, pero cada vez que hacen una nueva versión la población se lanza a conseguirla, a pesar de que tengan una de apenas dos años. La razón de esto es la sensación de novedad, el placer que nos genera estrenar algo nuevo, vinculado otra vez a la secreción de dopamina.

Todos estos cambios han afectado a la sociedad en su conjunto y han hecho que los modelos educativos de hiperpaternidad incrementen.

Por ejemplo, si antes los niños y niñas solo tenían un balón, un yo-yo, una muñeca o unas peonzas mezclados con un poco de imaginación, ahora el catálogo de juguetes y recursos ha aumentado considerablemente. A pesar de tener tantas posibilidades de juego, los niños se aburren rápido, por los niveles de dopamina que comentaba anteriormente, que hacen que el niño se canse muy pronto de un juego por no generarle el suficiente placer inicial. Un niño aburrido, en términos de hiperpaternidad, significa unos padres preocupados y haciendo cualquier cosa para que su hijo no se aburra. Y ¿cómo van a conseguir eso? Comprando más juguetes, más estímulos que hagan que se entretenga por un tiempo, hasta que se vuelva a cansar. Lo que está llevando a una sociedad consumista y con necesidad de renovarse constantemente. Esta capacidad de consumo excesivo es algo que generalmente se pueden permitir más las familias de clases medias-altas, siendo la hiperpaternidad un modelo educativo común en estas familias.

Por otra parte, el aumento de la sobreprotección lo podemos justificar con el modelo parental de hace unos años. Antes los progenitores expresaban escasas señales de afecto a sus hijos. Ahora, esos hijos se han convertido en los padres. Por norma general, estos padres y madres quieren mostrar con sus hijos todo el afecto que quizás ellos quisieron en su infancia. Sin embargo, están expresando ese afecto al extremo, dirigiendo a sus hijos e hijas una atención y protección excesiva. Lo hacen con la mejor de las intenciones porque consideran

que así sus hijos se sentirán queridos, pero no se dan cuenta que el exceso de afecto también genera problemas.

5. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA

A lo largo del marco teórico he querido informar detalladamente sobre la hiperpaternidad y las consecuencias negativas que esta tiene en la salud mental de los niños, niñas y jóvenes. Sin embargo, el marco teórico es mera información, muy relevante para conocer la situación, pero con escaso poder de cambio. He revisado decenas de artículos, noticias e investigaciones que hablan sobre este aumento en la sobreprotección infantil y la urgencia porque esta forma de crianza se detenga. Mucha gente, especializada o no, habla sobre este problema, pero entonces ¿si tantas personas investigan e informan sobre ello por qué no hay ninguna evidencia de que la situación mejore sino todo lo contrario?

Reflexionando sobre ello, mi respuesta sería que el problema radica en cómo se está informando de ello al mundo y sobre todo a los padres y madres, los principales implicados. Leer un artículo o ver un vídeo de diez minutos sobre la hiperpaternidad es informativo, pero difícilmente llevará a la persona que lo lee a una reflexión sobre su propia conducta, analizando si es correcta o no con respecto a su hijo/a. El ritmo frenético de la sociedad actual, el cual he comentado previamente, no nos permite pararnos a analizar lo que leemos u oímos, ni si quiera incluso terminar el vídeo.

Por esta razón, he querido diseñar una propuesta de intervención educativa orientada específicamente a padres y madres. Compuesta por una serie de sesiones en las que se construya un lugar tranquilo y cercano donde se sientan cómodos y dispuestos a aprender. En este proyecto se hablará sobre la hiperpaternidad y diferentes aspectos relacionados con ella (sus causas, consecuencias, claves para adoptar conductas más positivas, entre otras). Una nueva forma de abordar el tema, hablando cara a cara con el público interesado y fomentando

la colaboración entre familias para conseguir algo común a todas ellas: el bienestar mental y emocional de sus hijos.

5.1. La importancia de la formación de los padres y madres en educación

Antes de presentar los diferentes apartados que conforman mi propuesta de intervención, he considerado oportuno hablar acerca de la importancia de la formación parental por ser el motivo principal de mi decisión de diseñar este taller.

El factor que hace que la etapa de crianza sea tan difícil de gestionar es que nadie nace sabiendo ser padre o madre, nadie te da un manual con las claves para criar a un hijo de forma positiva. En algunos casos, los padres tienden a adoptar el estilo educativo con el que los educaron sus progenitores y replicarlo con sus hijos por ser la única forma que conocen de crianza. Sin embargo, cada estilo educativo es aplicado en una generación y contexto social diferentes y corremos el riesgo de perpetuar estilos educativos perjudiciales para los niños y niñas. Otros todo lo contrario, el estilo educativo que aplicaron con ellos no fomentó un desarrollo emocional adecuado, por ejemplo, por ser demasiado autoritario y deciden romper con esa barrera generacional, ejerciendo un estilo educativo totalmente opuesto. No obstante, esto también puede ser un error ya que a pesar de que lo hagan con la mejor intención, pueden caer en extremos como la sobreprotección o la excesiva permisividad.

En definitiva, sea cual sea la razón de inclinarse por un estilo educativo u otro lo que es común a todos los padres y madres es que se plantean la misma pregunta: “¿lo estaré haciendo bien?”. Al final, es una responsabilidad tan grande y tan complicada a la vez que nunca estás seguro de si podrías hacerlo mejor o si estás perjudicando el desarrollo de tus hijos sinpretenderlo. Los padres no están preparados ni formados para este rol parental y, por ello, considero fundamental hablar sobre la formación para padres y madres.

Según Vila, recuperado por Capano y Ubach (2013), la formación de padres se puede definir como “un conjunto de actividades voluntarias de aprendizaje por parte de los padres y madres que tiene como objetivo proveer modelos adecuados de prácticas educativas en el contexto familiar y/o modificar y mejorar prácticas existentes para promover comportamientos en los hijos y las hijas que son juzgados positivamente y erradicar los que se consideran negativos”.

La formación para padres se ha extendido y desarrollado creando diferentes modalidades, entre ellas, charlas, talleres grupales, escuelas para padres y madres, conferencias,... Tal y como nos indica en la definición, todas ellas tienen el objetivo de promover cambios en los estilos educativos parentales a nivel comportamental y emocional para la mejora del desarrollo del niño. Estos cambios podrán llevarse a cabo mediante la reflexión y análisis de los padres y madres sobre su propio comportamiento y pensamiento en relación a sus hijos. Sin embargo, esta reflexión no se da por sí sola, sino que se necesita de una orientación y asesoramiento por parte de profesionales tales como educadores, psicólogos, expertos en desarrollo de la infancia, etc. Estos son los que presidirán dichas modalidades de formación y guiarán a los padres en su proceso de optimizar sus capacidades para afrontar las dificultades de su labor parental, tanto obstáculos del día a día como problemas mayores.

Los beneficios que tiene la formación de padres y madres son numerosos, principalmente para sus hijos. Gracias a la adquisición de conocimiento sobre el entorno del niño y cómo sus comportamientos parentales pueden incidir en su desarrollo futuro, este se verá optimizado, desarrollando características tales como confianza, seguridad y estabilidad emocional. Además, las relaciones paternofiliales se reforzarán, basándose en el conocimiento mutuo, la comunicación y la comprensión. A parte de los niños, los padres y madres también se benefician de su propia formación ya que el hecho de tener un

conocimiento acerca del estilo de crianza hace que surja un sentimiento de empoderamiento, fomentando su propia autoestima y confianza. Al ver resultados positivos en sus propios hijos el sentimiento de satisfacción crecerá provocando un mayor compromiso en su crianza. Una cadena de comportamientos positivos que fomenta un crecimiento personal y emocional para ambas partes.

Esta satisfacción se puede ver también reflejado en estudios. En 2011, la Facultad de Psicología de la UCU realizó una investigación en la que padres y madres acudieron a una “Propuesta de Formación de Padres y Madres de Familia”. Al finalizar, realizaron un cuestionario que desveló los siguientes resultados (González Tornaría et al., recuperado por Capano y Ubach, 2013):

- El 95% consideró importante que se generaran espacios de reflexión, participación e intercambio con otros padres.
- El 95% señaló que se lograron diálogos y discusiones enriquecedoras con los otros padres.
- El 81% notó algún cambio en el modo en que se relacionaban con su hijo/a.
- El 95% declaró que fue una experiencia beneficiosa y productiva para sí, que volvería a participar de una experiencia similar y que recomendaría los talleres a otros padres.

Sin embargo, a pesar de estos resultados tan significativos, me gustaría puntualizar que en ocasiones esta formación para padres y madres está mal vista o considerada como una ofensa por parte de algunas familias. Si se les presenta la oportunidad de acudir a una conferencia o taller sobre formación son algunos los que pensarían “yo no necesito que nadie me diga cómo tengo que educar a mis hijos” o “sé perfectamente lo que hago y no necesito consejos”. Normalmente pensamientos de padres que creen que en la conferencia se les va a juzgar y decir todas las cosas que hacen mal, poniéndoles la etiqueta de “malos padres/madres”.

Debemos dejar de estigmatizar de esta manera estas propuestas de formación que el principal objetivo que tienen no es juzgar sino ayudar a los padres en una labor tan difícil como es la crianza, empatizar con ellos y darles algunos consejos para que esta etapa sea lo más positiva y llevadera posible tanto para su hijo como para ellos. Para ello el primer paso es de los padres, el paso de aceptar que nadie nace sabiendo cómo educar a un hijo y que pedir ayuda no es signo de debilidad ni de haber fallado sino todo lo contrario. Pedir ayuda significa querer mejorar tus formas de educar y adquirir nuevas habilidades y recursos para conseguir lo que todo padre y toda madre quiere, la salud física y mental de un hijo.

5.2. Objetivos de la propuesta

A continuación, los objetivos que me planteo a conseguir en el desarrollo de la propuesta de intervención educativa.

- Abordar el tema de la hiperpaternidad con la mayor precisión posible, recopilando los datos más importantes a tener en cuenta.
- Generar en las familias una reflexión de su propia forma de crianza y fomentar en ellos el deseo de aprender para aumentar el bienestar emocional de sus hijos e hijas.

Uno de los aspectos más importantes a la hora de motivar un cambio es la forma de comunicar. Por ello la información debe ser clara, precisa, cercana al contexto de la familia y con ejemplos de la vida cotidiana que hagan que las familias se sientan identificadas. Sin embargo, si lo comunicamos de forma desordenada o incompleta, generaremos desconfianza en las familias y, por tanto, no conseguiremos la reflexión que buscamos.

- Plantear sesiones en las que predomine el dinamismo, la participación y la escucha a las familias.

Antes de diseñar mi propuesta de intervención quise investigar acerca de otros proyectos, puestos en práctica o no, que hubieran tenido como tema central la hiperpaternidad o

sobreprotección. No encontré talleres sobre ello, sin embargo, aquellos que leí relacionados con temas similares tenían una característica en común: todos se basaban en charlas, con una comunicación unidireccional de profesionales a familias. Bajo mi punto de vista, esta manera de informar y enseñar es muy distante. Poniéndote en la piel de padres y madres que acuden allí, es como asistir a una clase donde te sientas a escuchar, te informan acerca de cómo educar a tus hijos y te dicen todas las cosas que haces bien o mal. Esto puede interpretarse como falta de comprensión y de empatía.

Por esa razón he querido que mi propuesta se basara en una comunicación bidireccional donde los padres y madres que acuden tengan la libertad de expresarse, dar su opinión y sean escuchados. Esta interacción será lo que consiga involucrar a las familias y despertar en ellos ese interés por mejorar sus estilos de crianza. Se logrará mediante actividades, dinámicas en grupo, entre otras.

- No emitir juicios ni críticas acerca de las formas de crianza de las familias asistentes.
- Observar las diferentes situaciones familiares desde la comprensión, sin culpabilizar sus conductas o decisiones.

Dos objetivos que hacen referencia al trato con las familias, uno de los aspectos más importantes de esta propuesta de intervención. Los padres y madres que acuden al taller van allí para aprender a adaptar sus comportamientos en la crianza. Si acuden allí y solo escuchan a una persona diciéndoles todas las cosas que hacen mal y, por tanto, juzgando su labor parental, no conseguiremos que reflexionen, sino que se sientan atacados y se pongan a la defensiva ante cualquier información.

Ser padre o madre es una labor muy compleja sobre la que hay poca formación. Además, hay muchos factores externos (económicos, culturales, ...) que pueden afectar el núcleo de una familia. No los conocemos ni a ellos ni a sus circunstancias por lo que nadie debería juzgar u

opinar sobre por qué actúan de determinadas maneras. El eje central de este taller no son sus conductas sino sus hijos y su bienestar, informar desde el respeto y la empatía hará que tomen una postura de autoevaluación para mejorar su estilo de crianza por el bien de su hijo/a.

- Prevenir los estilos educativos de hiperpaternidad a través de la información e involucración de las familias.
- Mejorar la salud mental de los niños y futuros jóvenes a través de la formación de padres y madres en estilos educativos sanos.

Estos dos últimos objetivos podrían considerarse la esencia de esta propuesta de intervención ya que reflejan perfectamente cuál es la finalidad de este taller. Todos los objetivos listados anteriormente se plantean para conseguir algo. La respuesta a ese “¿para qué?” la tenemos en ellos: prevenir y mejorar. El motor que mueve esta propuesta es el deseo de mejorar la situación de salud mental de niños, niñas y jóvenes hoy en día derivada de una excesiva protección parental en la infancia a través de una herramienta de prevención que logre reducir estos casos al mínimo posible en el futuro.

5.3. Metodología

El primer paso para desarrollar esta propuesta de intervención educativa es llegar al público que más nos interesa que acuda al taller, en este caso, nuestro público son los “hiperpadres/hipermadres” o padres sobreprotectores. Por ello hay que aplicar una metodología que consiga comunicarnos con ellos y llamar su atención.

En este caso, nos daremos a conocer a las familias a través de los colegios concertados/privados de la ciudad de Valladolid. Nos centraremos en este tipo de centros educativos ya que, como he mencionado anteriormente, los estilos educativos de hiperpaternidad están mayoritariamente asociados con las clases sociales medias-altas, acudiendo estas con mayor porcentaje a colegios de ese carácter. La muestra de centros

elegidos podría ser: Colegio San José, Colegio Safa-Grial y Colegio Sagrada Familia Jesuitinas. Introduciremos nuestra propuesta de taller al equipo directivo y al profesorado de Educación Infantil ya que si el objetivo del taller es la prevención, tenemos que acceder a los niveles más bajos de la infancia. Una vez presentado el proyecto al centro educativo, serán los tutores y tutoras del aula quienes transmitan la información acerca del taller a los padres y madres de su alumnado. Me parece que involucrar a los tutores de aula de sus hijos e hijas para comunicar la propuesta de taller es una forma efectiva y segura de llegar a los padres ya que quien se lo propone es una figura cercana a ellos, por lo que lo analizarán con mayor atención que si se lo presentara un agente externo.

La metodología a través de la cual llegaremos al *target* de familias que nos interesa y a la vez les presentaremos el proyecto será una encuesta cuantitativa. Esta encuesta será transmitida por los tutores y tutoras en una circular a través del correo electrónico de la plataforma. Ver el ejemplo de la circular en el Anexo 1.

La encuesta que se adjuntaría a la circular es extraída de un test del libro *Hiperpaternidad. Del modelo mueble al modelo altar* de Eva Millet. He considerado oportuno utilizarla por ser ella una de las precursoras en términos de hiperpaternidad. Sin embargo, aunque su test tiene originalmente 30 preguntas, he tenido en cuenta solo 27 ya que las otras tres se referían a niños de más de doce años y adolescentes. Recuerdo que este taller está únicamente dirigido a la etapa de Infantil, con un rango de 3 a 6 años de edad, siendo el resto de ítems irrelevantes. Ver encuesta en el Anexo 2.

Esta encuesta está formada por un total de 27 ítems, todos ellos reflejando conductas típicas del modelo de hiperpaternidad. Cada pregunta cuenta un punto en función de la respuesta que den. De la pregunta 1 a la 19, cuenta un punto si responden “SÍ”, de la 20 a la 27, cuenta un punto si responden “NO”. Cuantos más puntos obtengan en la encuesta significará que su modelo de crianza es más próximo a la hiperpaternidad. En este caso,

consideraré como público para el taller aquellas familias que obtengan 14 puntos (es decir la mitad aproximadamente) o más. Si nuestro objetivo es prevenir, debemos empezar por aquellas familias con actitudes más integradas en sus formas de crianza y cuyos hijos/as, por tanto, tienen más posibilidades de que su salud mental se vea afectada negativamente.

Por ello, aquellas familias que hayan obtenido 14 puntos o más recibirán un correo de parte de la organización presentando el taller que se llevará a cabo. Con este sistema de selección, obtendremos como público una muestra específica de padres y madres con aparente tendencia a la hiperpaternidad cuyos hijos e hijas acudan a colegios concertados/privados en Valladolid. Además, dentro del correo electrónico habrá adjunto un cartel con la información del taller para que sea más visual y llamativo a las familias. Ver el ejemplo de correo electrónico y cartel en Anexo 3 y Anexo 4, respectivamente.

Una vez mandado el correo electrónico a las familias, ya de parte de la organización del taller, es decisión de ellas acudir o no al encuentro. Dependerá de sus intereses, de su disponibilidad, entre otros factores. Quiero destacar que en ningún momento del correo electrónico mencionamos que el taller al que les citamos es sobre hiperpaternidad y sobreprotección, simplemente las formas de crianza de forma general.

Hay dos razones por las cuales no se especifica el tema exacto del taller. La primera es para que los padres y madres no se sientan acusados o “apuntados con el dedo”, pensando que han contestado a la encuesta y de esos resultados les estamos juzgando como sobreprotectores. La segunda es que es posible que alguna madre o algún padre lea “taller para padres con estilos de crianza sobreprotectores” y piense “¿yo? ¿sobreprotector? Yo no sobreprotejo a mi hijo así que no necesito ir a ese taller”. Ambas razones harían que menos público quisiera acudir, algo que no es nuestro objetivo.

5.4. Desarrollo

La siguiente propuesta de intervención educativa está formada por un total de 6 sesiones, en cada una de las cuales se tratará un aspecto diferente relativo a la hiperpaternidad. Para que la información dada sea lo más precisa posible, será presentada por un equipo multidisciplinar compuesto por una psicóloga clínica especializada en la etapa infantil y una maestra correspondiente también a esta etapa (en este caso, me consideraré a mí misma como la maestra). Al finalizar este taller, las familias realizarán un cuestionario de satisfacción acerca de su experiencia en el mismo, el cual nos servirá para realizar mejoras en el futuro.

- Sesión nº1: “¡Ten cuidado! Yo te ayudo”

Bajo mi punto de vista, la primera sesión del taller es la más importante porque es la primera impresión que van a recibir los padres y madres que acudan allí. Es parecido a una carta de presentación, la cual, dependiendo de cómo se hayan sentido, hará que quieran ir al resto de sesiones o no. No todas las familias que hayan realizado la encuesta se habrán interesado por acudir al taller, por lo que hay que conseguir que aquellas que sí han ido quieran quedarse.

La sesión comienza incluso antes de entrar a la propia sala de conferencias. Desde la entrada del edificio donde hemos citado a los padres y madres hasta la propia sala de la charla, estos se encontrarán con multitud de obstáculos y limitaciones absurdas para ellos. A continuación, pongo algunos ejemplos:

- En la entrada, una mesa con cascos que se deberán de poner “por si se hacen daño en el trayecto hasta la sala”.
- Varios carteles a lo largo del camino donde aparezca escrito “¡Cuidado! Ir muy despacio, pueden tropezarse.”.
- Acompañantes que les guíen muy de cerca hacia la sala para que no se pierdan ni se

caigan.

- Algunas almohadas en las escaleras y barandillas “por si se caen”.

Después de este recorrido, cuando lleguen a la sala de conferencias, en cada asiento encontrarán un bolígrafo y una hoja con una única pregunta: ¿cómo se ha sentido en el recorrido hasta aquí? Les dejaremos entre 5 y 10 minutos para que contesten tranquilamente. Una vez hayan acabado, les invitamos a compartir algunas de las reflexiones y pensamientos que han escrito. Tras varias intervenciones, plantearemos el tema del taller de la siguiente manera: “Esto que acaban de sentir es lo que pueden llegar a sentir los niños y niñas cada vez que son sobreprotegidos”.

Lo que queremos conseguir con esta dinámica es que las familias se pongan en la piel de los niños/niñas que son sobreprotegidos y se den cuenta de lo que sienten y lo limitante que puede llegar a ser. Como ya mencioné previamente en los objetivos de este proyecto, la mayoría de los talleres que abordan este tema comienzan exponiendo la teoría. Sin embargo, si hacemos que las familias se pongan en su piel hará que tengan un sentimiento parecido al de los niños y se darán cuenta de las consecuencias de ese tipo de actitudes. Con esta reflexión personal podrán surgir tales pensamientos como “quizá estoy teniendo actitudes hacia mi hijo que no son buenas para él”, generando en ellos un deseo de cambiar.

Hecha la introducción al tema, guiaremos una lluvia de ideas entre los padres y madres planteando diferentes preguntas: “¿habéis oído hablar alguna vez acerca de la hiperpaternidad?”, “¿cómo definiríais la sobreprotección?”, “¿cómo creéis que afecta a la vida de los niños?”, etc. De esta manera, no somos nosotros los que explicamos los datos mostrando una posición de saber más de paternidad que ellos, sino que les dejamos expresarse y que vean que escuchamos sus aportaciones con interés.

Para finalizar la sesión, ponemos un pequeño extracto de la charla BBVA Aprendemos

Juntos (<https://www.youtube.com/watch?v=AQnBp5ZXT3w>) en la que participa Eva Millet, psicóloga experta en hiperpaternidad, y relata algunas de las consecuencias de estos estilos educativos. Tras la visualización del vídeo, la última pregunta clave para su reflexión es: “¿os haría felices si vuestros hijos sufrieran esto que acabamos de ver?”, apelando con ella a su lado más sentimental.

A lo largo de esta sesión intentamos no poner el foco en que están haciendo algo mal en su labor como padres y madres, ya que en ningún momento les hemos dicho que son sobreprotectores. Lo que queremos transmitirles es que a veces los rasgos asociados a la hiperpaternidad son muy sutiles, hechos con la mejor intención y que, por tanto, es importante estar informado para evitar ese tipo de consecuencias negativas en sus hijos.

- Sesión nº2: “La hiperpaternidad: el origen”

En esta sesión, las familias acudirán porque les ha interesado el tema central del taller y están dispuestas a aprender más acerca de ello. Por tanto, ya conocen el tema que se tratará y podemos empezar a hablar de forma más calmada y detallada de él. Empezaremos por la base del concepto, pondremos una definición a la palabra “hiperpaternidad”, en qué consiste y cuáles son las actitudes más características de este estilo educativo. Esta primera parte será más teórica, donde nosotros hablaremos y los padres y madres escucharán con atención.

Una vez puesto el contexto, la pregunta más importante que nos debemos hacer para entender una determinada actitud es por qué, ¿por qué pueden surgir determinadas actitudes? ¿por qué ellos mismos pueden tenerlas? Conocer el origen de la hiperpaternidad es crucial para que los padres sean capaces de reflexionar acerca de ese pensamiento ya que a veces actúan de esa manera sin ser conscientes de por qué lo hacen. Poder descomponer esas actitudes hasta llegar al inicio de ellas lo considero el primer paso para que puedan cambiar sus estilos de crianza de forma positiva.

Entonces, plantearemos esta pregunta a las familias en la sala ¿por qué creéis que surgen estas actitudes tales como sobreprotección, excesiva atención, ausencia de límites, ...? Se contestará en una especie de lluvia de ideas, donde madres y padres darán su opinión e incluso podrán compartir su propia experiencia. El origen puede variar desde experiencias pasadas de su propia infancia hasta simples miedos, lo cual estará en manos de ellos querer compartirlo o no. A medida que ellos van participando, vamos dando argumentos a cada una de sus razones intentando darlas una vuelta para ofrecerles una forma diferente de ver las cosas. A continuación, un ejemplo de dicha situación:

- Madre/Padre: “Yo intento hacerle a mi hijo/a la vida un poco más sencilla porque no quiero que sufra. Es un niño y los niños tienen que ser felices y disfrutar”.
 - Posible respuesta: “Actuar de determinada manera para evitar que tu hijo sufra es algo que a la larga le causará mucho más dolor porque tú no vas a estar en todos sus momentos para protegerle de aquellas situaciones que le puedan causar dolor. A lo largo de su vida va a tener obstáculos, al igual que todos vivirá una ruptura, perderá un trabajo, le decepcionarán,... El hecho de que nunca lo haya pasado mal porque siempre se lo hayan evitado hará que cuando tenga un problema o una situación complicada, por muy pequeño que sea el motivo, le duela mucho más y no sepa cómo afrontarlo”.
- Sesión nº3: “La salud mental en peligro”

En esta sesión nos centraremos en cómo la hiperpaternidad afecta a los niños y niñas en sus diferentes ámbitos: psicológico, emocional, cognitivo e incluso familiar. Consecuencias de las cuales ya he hablado previamente en el marco teórico. Supone otro punto importante a tratar en el taller ya que apelamos directamente a la sensibilidad de las familias. Estamos hablando de sus propios hijos e hijas y de cómo puede afectar en sus vidas

estas actitudes de hiperpadres. El principal objetivo que tienen en común padres y madres sobre sus hijos es que quieren que sean felices. Si les presentamos todas las diferentes consecuencias negativas que pueden tener esas actitudes se darán cuenta de que eso no consigue ese objetivo de felicidad que quieren. De esta manera, tomarán mayor conciencia sobre la importancia de evitar poner en práctica los rasgos de este estilo educativo por el bien de sus hijos.

Para desarrollar la sesión presentaremos estudios, gráficas, charlas y noticias reales de medios de comunicación que hablen acerca de la hiperpaternidad o sobreprotección y sus efectos en la actualidad. Con ello conseguiremos que las familias observen el problema como una realidad con consecuencias reales, que aumenta cada vez más y que no solo tiene efectos inmediatos en los niños, sino que los efectos pueden llegar a perdurar en el tiempo y afectar en la totalidad de sus vidas. Esta perspectiva les permitirá también reconocer que cuánto antes se actúe mejor será para el desarrollo de sus hijos.

- Sesión nº4: “La hiperpaternidad va a la escuela”

En esta sesión hablamos sobre cómo las consecuencias de estos estilos educativos se trasladan también al contexto de la escuela. Para conocer la información de primera mano invitamos a maestros y maestras de Educación Infantil y Primaria en colegios concertados y privados de Valladolid, intentando que no coincidan con los colegios de las familias que acuden al taller. La sesión consistirá en una charla en la que los maestros y maestras darán testimonio acerca de cómo ellos experimentan la sobreprotección paternal en su alumnado. Durante ella, habrá espacio para dudas que se quieran plantear y experiencias que se quieran compartir. Además, el equipo docente aportará consejos y pautas de actuación a los padres y madres (por ejemplo: dejar a los niños y niñas hacer sus deberes solos, no cogerles las mochilas al salir, disfrutar tiempo de juego con ellos, ...).

Considero que este contacto directo y cercano entre colegio y familia hace que los padres empaticen más con la figura del profesor y viceversa. Generará un entendimiento donde el maestro/a comprenda que las situaciones familiares pueden ser muy diversas y que hay que conocer el contexto de cada familia para entender el por qué de sus actuaciones. Por parte de los padres, podrán observar que en ocasiones algunos “fallos” en sus formas de crianza (por ejemplo, no poner límites en casa) tienen repercusiones en la escuela, complicando el trabajo del docente. Lo que queremos conseguir con esta reflexión por ambas partes es que se forme un pensamiento común donde coincidan en que la colaboración entre escuela y familia es esencial para el correcto desarrollo de los niños y niñas.

- Sesión nº5: “¿Existe el estilo parental perfecto?”

En las sesiones anteriores hemos estado hablando sobre las conductas e interacciones a evitar en los estilos de crianza. Entonces, ahora la pregunta que pueden hacerse las familias es “¿cuál es el estilo parental perfecto para que mi hijo/a se desarrolle plenamente en todos sus ámbitos?”.

Lo primero que tenemos que dejarles claro a las familias es que el estilo parental perfecto no existe. No hay ninguna familia que sea capaz de afrontar todos los aspectos de la vida de su hijo de la forma más perfecta y positiva para ellos, asegurando una salud mental impecable. Y esto no quiere decir que no hagan correctamente su labor parental y descuiden la atención al desarrollo de su hijo, sino que no pueden controlar todos los factores que afectan a su vida. A lo largo del crecimiento de un niño va a haber multitud de factores que incidan positiva o negativamente en su desarrollo: personas, amistades, escuela, contextos sociales, etc. Hay algunos de estos aspectos que escapan del control de la familia, como por ejemplo la aparición de problemas cognitivos o el bullying.

Sin embargo, aunque haya variables que los padres no puedan controlar, sí que pueden

decidir cómo actuar de la forma más efectiva posible. Por tanto, no hablamos del estilo parental perfecto sino del estilo parental que fomenta una mejor salud mental en los niños y posee una menor probabilidad de crear problemas psicológicos en el futuro.

En este caso, les hablamos del *underparenting*, una forma de crianza que representa todo lo contrario a la hiperpaternidad. Esta tendencia, introducida por Eva Millet, supone que los padres y madres ejerzan una sana desatención sobre sus hijos, llevando una educación más relajada. Esto no quiere decir que se pase de la atención excesiva a una falta de atención que descuide sus necesidades, ya que estaríamos hablando de una negligencia. Simplemente, criar depositando una mayor confianza en las capacidades de sus hijos y quitarles un poco de ese centro de adoración en el que representan todo su mundo.

A lo largo de la sesión, les daremos algunas pautas para revertir los comportamientos de hiperpadres aplicando los principios del *underparenting*. Estos son algunos de ellos:

- Educar en dejar ir: Uno de los principales objetivos de la crianza es conseguir la autonomía del niño. Para ello se educa en una mayor libertad y menos sobreprotección, aunque con las normas y límites necesarios, para que el niño/niña adquiera progresivamente las herramientas necesarias de autonomía. Los padres y madres deben observar, pero no necesariamente intervenir al mínimo inconveniente (siempre y cuando no suponga un riesgo). Por ejemplo, si el niño está aprendiendo a utilizar la cuchara para comer y se le está cayendo un poco de sopa, no intervengas inmediatamente y le des tú la comida para que no se manche, déjale que investigue, se equivoque y se manche para que pueda aprender de su propio ensayo-error.
- Fomento de la autoestima: Esa libertad que se le aporta al niño dejando que haga las cosas solo aumentará su autoestima, viéndose más capaz y válido. Sin embargo, la autoestima también es decirle las cosas que hace mal, no solo lo bueno.
- Educar en emociones: Uno de los aspectos más importantes es que los niños

desarrollen una buena gestión emocional. Para evitar, por ejemplo, la baja tolerancia a la frustración enseñarles la paciencia, la capacidad de espera y el saber perder, valorando este último como una oportunidad para aprender y reducir el miedo a fallar. Por ejemplo, lo podrían aplicar no dejándoles ganar siempre en los juegos que hagan en familia. También otras emociones como la empatía, la valentía o la resiliencia.

- Dejar tiempo para el juego libre: Los días llenos de actividades extraescolares se está llevando este momento esencial de la infancia, de hecho, considerado un derecho por las Naciones Unidas. Tenemos que habilitar un momento al día, o si no es posible cada pocos días, para que los niños y las niñas disfruten de juegos sin ningún tipo de estructura, en los cuales tengan que emplear su imaginación y creatividad.
- Sesión nº6: “¿Y tú qué harías?” + encuesta de satisfacción

La última sesión consistirá en recoger todos los consejos y aprendizajes que las familias han interiorizado en las sesiones anteriores a través de casos prácticos. Hablaremos sobre cómo actuar ante diferentes situaciones que pueden surgir en la vida cotidiana con nuestros hijos e hijas, sobre todo en las que se tienda a la sobreprotección. Lo haremos a través de debates en grupo donde las familias conversarán entre ellas sobre la situación planteada, dando sus puntos de vista y argumentando hasta llegar a una conclusión común. Para ello, tendrán que tener en cuenta también las consecuencias de la acción que tomarían, imaginando cómo esta influiría en el futuro desarrollo del niño. Posteriormente, cada grupo explicará su decisión y hablaremos sobre cuáles serían las opciones más positivas a nivel de crianza. Es importante puntualizar que no existe respuesta correcta o incorrecta sino una respuesta más o menos ajustada a lo que queremos conseguir que es cuidar de la salud mental de sus hijos. Algunos ejemplos de las situaciones que plantearemos:

¿Qué harías si...

- Tu hijo/a está jugando con sus amigos en el parque a la hora de la merienda.

- Tu hijo/a lleva tres fichas del colegio para hacer durante el fin de semana en casa.
- El maestro/maestra de tu hijo te dice que este lleva un par de semanas portándose mal con el resto de los compañeros y desobedeciendo.

Dejaremos los últimos minutos de la sesión para, en primer lugar, agradecer a todas las familias el haber elegido nuestro taller como una oportunidad para mejorar en su labor parental y ampliar sus conocimientos acerca de los estilos parentales. También, darles las gracias por su implicación y su confianza en nosotros. Por último, les repartiremos una hoja en la que tendrán un pequeño cuestionario a responder sobre su valoración del propio taller. El taller está diseñado para padres y madres por lo que su opinión es la más importante. Ellos son los que han acudido y recibido las diferentes sesiones y serán los que mejor sepan los puntos fuertes y débiles del taller. Ver cuestionario de satisfacción en Anexo 5.

Este cuestionario nos servirá para evaluar todos los aspectos que giran en torno a la preparación y desarrollo del taller. Con la pregunta 1 y 2 estamos evaluando la forma en la que hemos llegado a las familias y si lo hemos hecho correctamente. Si mucha gente respondiera que el taller no le ha sido de utilidad quizá habría que mejorar el cuestionario inicial para ajustar más cómo llegar a “hiperpadres” o “hipermadres”. Las preguntas 3, 4 y 5 están relacionadas con la disposición del taller en el horario de las familias y el tiempo invertido en él. Esto nos ayudará a aumentar o reducir el número de sesiones y contemplar otros horarios teniendo en cuenta las opiniones directas de las familias. De la pregunta 6 a la 9, ambas incluidas, se le da una valoración al contenido del taller para ver si la forma en la que está planteado consigue su objetivo principal. Las preguntas 10 y 11 están orientadas a conocer cómo se han sentido las familias acudiendo a las sesiones, si se han sentido cómodas, en un ambiente agradable, han tenido un buen trato,... El resto de los apartados están para recoger de forma genérica los puntos más positivos y negativos de la propuesta.

5.5. Cronograma

Para hacer aún más realista esta propuesta de intervención educativa he elaborado un cronograma en el que se establecen unas fechas en el calendario para cada sesión, en el hipotético caso de que se llevara a cabo.

OCTUBRE 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16 *	17	18	19	20
21 Sesión 1	22	23	24	25	26	27
28 Sesión 2	29	30	31			

*Envío general de circular a las familias con la encuesta a realizar

NOVIEMBRE 2024

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
				1	2	3
4 Sesión 3	5	6	7	8	9	10
11 Sesión 4	12	13	14	15	16	17
18 Sesión 5	19	20	21	22	23	24
25 Sesión 6	26	27	28	29	30	

Para elegir las fechas, en quien tenemos que pensar es en los sujetos que van a acudir al taller, en este caso en los padres y madres. De tal manera que debemos ajustar los días y las

horas en función de sus vidas, para que acudan el mayor número de familias posibles sin que les suponga un sacrificio ni una molestia en su día a día. Para aportar esa comodidad tenemos que tener en cuenta que los padres y madres tienen unos horarios de trabajo y que, cuando no trabajan, tienen que cuidar de sus hijos e hijas.

El mes establecido para comenzar este taller es octubre, en concreto el miércoles 16 con el envío de correos electrónicos a la familia. He elegido comenzar a mediados de octubre ya que me parece un momento en el que, a pesar de que el curso académico de sus hijos comenzó en septiembre, sobre estas fechas de octubre las familias ya han conseguido volver a estabilizarse en la rutina de cada año. Por tanto, para acudir al taller solo tendrían que ver su disponibilidad.

El correo electrónico se envía un miércoles y la primera sesión del taller es el lunes de la siguiente semana. El tiempo justo para que a las familias les dé tiempo a responder a la encuesta y planificarse en el caso de que quieran acudir, pero también sin dejar pasar demasiado tiempo que haga que se les pueda olvidar la existencia de este taller.

Por último, las sesiones se realizan el lunes de cada semana desde el lunes 21 de octubre hasta el lunes 25 de noviembre, ambos inclusive. El lunes es el primer día de la semana y es más probable que las familias acudan al taller con mayor interés y más descansados al haber tenido el fin de semana previo para desconectar del ajetreo entre semana. Las sesiones son en horario de 17:30 a 18:30 de la tarde, un tiempo perfecto para poder ir a recoger a sus hijos e hijas al colegio y comer tranquilamente. Además, tampoco se hace muy tarde para que después del taller los padres y madres tengan aún tiempo para pasar con sus hijos/as, jugando, en el parque, o haciendo recados importantes. Podría parecer una buena opción convocar las sesiones por la mañana ya que es cuando los niños están en el colegio, sin embargo, ese suele ser el horario laboral más común entre padres y madres, además de necesitar estar disponibles si su hijo o hija se pone enfermo. Su duración es de una

hora para que puedan tener flexibilidad en el caso de que tengan que dejar a sus hijos con algún familiar o canguro en el tiempo que estén en el taller.

El taller dura un total de seis semanas, una por cada sesión que lo compone. Queremos que este taller sea lo más completo posible pero que a la vez no se alargue en exceso para que no interrumpa varios meses en la vida de los padres y madres ni lo sientan como algo pesado e interminable.

5.6. Conclusiones de la propuesta

A pesar de que esta propuesta de intervención no se ha llevado a cabo en la vida real, podríamos deducir algunas de las consecuencias que esta tendría.

- Los padres y madres habrán tomado mayor conciencia sobre la influencia que tiene su labor de crianza en el desarrollo global de sus hijos. De esta manera, tomarán mayor responsabilidad de sus propios actos y verán la crianza como una etapa progresiva pero con consecuencias óptimas si se hace correctamente.
- Se producirá una mejora en la salud mental de los hijos e hijas de las familias que hayan acudido al taller, que podrá mantenerse desde el momento presente hasta el resto de sus etapas de la vida. Asentando unas bases emocionales sanas en la infancia, los inconvenientes que surjan a lo largo de su vida podrán ser gestionados más fácilmente.
- Dicha mejora se trasladará también al ámbito educativo, no solo en el aprendizaje de los niños sino también en la relación entre escuela y familia. Después del taller, padres y profesores habrán acercado posturas y comprendido que ambos tienen el objetivo de hacer lo más adecuado para los niños. Entendiendo esto, la colaboración entre ellos será mejor, repercutiendo positivamente en el niño/a.
- Los padres y madres habrán percibido una sensación de mayor tranquilidad ante esa

inquietud de nunca saber si están haciendo las cosas bien o no en su labor parental al ver a otras familias en su misma situación. Además, tendrán la oportunidad de desestigmatizar los talleres de formación, viendo que es un lugar de comprensión y que verdaderamente les ayuda a ser su mejor versión con sus hijos.

Las conclusiones que propongo no se pueden asegurar al cien por cien, ya que puede que haya padres o madres a los que nuestras sesiones no hayan convencido, no las vean como algo útil y opten por no aplicar los comportamientos que les hemos recomendado. Sin embargo, esas decisiones no podemos controlarlas.

Además de estas consecuencias inmediatas después de la ejecución del taller, podríamos plantearnos también las consecuencias que tendría si resultara verdaderamente efectivo, viéndolo desde una perspectiva de futuro. En primer lugar, se podrían hacer más talleres para que otras familias tuvieran la oportunidad de aprender sobre la hiperpaternidad. Gracias a la encuesta satisfacción se podrían corregir errores e incluir futuras mejoras para que los siguientes talleres se ajustaran mejor a las opiniones de las familias. Se extendería el aprendizaje de tal manera que la prevención de este estilo educativo llegara a la mayor población posible. Incluso podría haber familias que recomendaran el taller a otros padres y madres por su propia experiencia. Por otro lado, se podrían hacer talleres de formación que trataran otros temas como las consecuencias del uso de las tecnologías a una edad temprana, la alimentación saludable, entre otros, invitando a profesionales especializados en cada área. Todos estos nuevos talleres orientados también a la prevención desde la infancia en temas de salud mental.

6. REFLEXIÓN CRÍTICA

Tras desarrollar mi Trabajo de Fin de Grado, considero que he alcanzado todos los objetivos propuestos al inicio. He podido analizar diversos factores relacionados con el papel de los padres y madres en el período de crianza para poder aportar una base teórica al tema de la hiperpaternidad, así como un pequeño repaso por los avances de la sociedad en los últimos años que han ayudado a comprender mejor el aumento considerable de este estilo educativo. Con respecto al tema central del trabajo, he tratado de informarme lo máximo posible acerca de la hiperpaternidad, sus características, sus consecuencias y sus dinámicas, para dar a conocer este estilo de crianza de una forma clara y completa. Esta recopilación me ha servido como base para elaborar una propuesta de intervención educativa desde el conocimiento, el respeto y la comprensión, teniendo siempre en mente los objetivos principales planteados: la prevención y la formación. Asimismo, considero que las competencias de grado han sido igualmente alcanzadas.

En cuanto a limitaciones encontradas a lo largo del trabajo podría destacar dos. En primer lugar, la escasez de autores encontrados que hablaran sobre hiperpaternidad. La mayoría de artículos o noticias que encontraba sobre el tema parafraseaban o citaban textualmente palabras de la psicóloga Eva Millet, por lo que encontrar otros puntos de vista diferentes al suyo fue complicado. Por otro lado, la ausencia de talleres para padres y madres que tuvieran como tema central la hiperpaternidad fue otra limitación para mi propio diseño ya que no tuve una orientación sobre cómo guiarlo. Sin embargo, este último aspecto lo considero también una ventaja ya que, al no tener una referencia, pude crear una propuesta desde cero con libertad, incluyendo los aspectos que consideraba más importantes en base a mi propio pensamiento crítico.

Desde un punto de vista crítico, planteo una posible propuesta de mejora para el trabajo realizado. Aunque poner en práctica la totalidad de la propuesta de intervención habría sido

útil para evaluar su eficacia, la organización que llevaría trasladarla a la realidad se alargaría demasiado en el tiempo. Sin embargo, podría haberse comprobado únicamente la encuesta inicial para padres y madres, no solo como objeto de estudio sino también para observar si los resultados resultan efectivos para la realización del taller o, por el contrario, se debería de buscar otro método para captar a las familias interesadas.

Para finalizar, a título personal, declaro que la elaboración de este TFG me ha sido de utilidad para informarme sobre una realidad que, a pesar de conocer su existencia, no era consciente de la magnitud de sus efectos en la sociedad. Creo que el hecho de haber estudiado cada una de sus consecuencias me ha ayudado a concienciarme más sobre la importancia de la salud mental infantil, un aspecto que a veces no tomamos en cuenta por ser niños y niñas de edades muy tempranas y creer que su salud mental no puede ser perjudicada. Sin embargo, he podido comprobar que sí es posible y que es importante cuidarla desde las etapas más iniciales para prevenir problemas en el futuro.

En relación con la profesión que me otorga la finalización de este grado universitario, la de maestra de Educación Infantil, este trabajo me ha permitido conocer mejor las dinámicas familiares y como estas pueden afectar en el ámbito educativo del niño o niña. Su conocimiento me ha hecho reflexionar, llegando a empatizar mejor con las familias y sus circunstancias. Esto me ha aportado una herramienta de utilidad para mi futura labor docente puesto que las familias forman una parte importante de dicha profesión.

A modo de conclusión, tanto este Trabajo de Fin de Grado como el periodo de estudio y prácticas realizado a lo largo de estos cuatro años ha reafirmado mi vocación y pasión por ser maestra infantil. Una profesión llena de gratitud, cariño y sonrisas, que evoca en uno un sentimiento de plenitud y orgullo. Ser el motor de aprendizaje de niños y niñas y tener la oportunidad de asentar algunas de sus bases primarias para su futuro desarrollo como seres humanos me parece una labor gratificante a la vez que importante. Espero que la sociedad

valore, al igual que yo lo hago, la gran importancia que tiene esta profesión, una sin la cual la mayoría de cirujanas, arquitectos, abogadas o albañiles probablemente no existirían.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Anónimo. Estructuras y funciones básicas de la familia. USON.

<http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/5544/Capitulo1.pdf>

Aprendemos Juntos 2030. (2018, 23 de abril). Versión Completa. Sobreproteger a los niños

es desprotegerlos, Eva Millet [Vídeo]. Youtube.

<https://www.youtube.com/watch?v=QPJhshwV56k>

Arndt, S. & Merino, C. (2004). Análisis factorial confirmatorio de la Escala de Estilos de

Crianza de Steinberg: validez preliminar de constructo. *Revista de Psicología de la PUCP*, 12(2), 189-214.

Arranz, E., Oliva, A. & Parra, Á. (2008). Estilos relacionales parentales y ajuste adolescente.

Infancia y Aprendizaje, 31(1), 93-106.

Bueno, D. (2023, 20 de mayo). Sobreproteger a los niños los puede hacer más vulnerables al

estrés y la ansiedad. *Ara*. [https://es.ara.cat/ciencia-tecnologia/sobreproteger-ninos-](https://es.ara.cat/ciencia-tecnologia/sobreproteger-ninos-vulnerables-estres-ansiedad_1_4706821.html)

[vulnerables-estres-ansiedad_1_4706821.html](https://es.ara.cat/ciencia-tecnologia/sobreproteger-ninos-vulnerables-estres-ansiedad_1_4706821.html)

Capano, A. & Ubach, A. (2013). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de

padres. *Ciencias Psicológicas*, 7(1), 83-95.

[http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212013000100008)

[42212013000100008](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212013000100008)

Díaz, L. (2020, 10 de abril). *Los diferentes estilos parentales*. Psicólogos Princesa.

<https://psicologosprincesa81.com/blog/los-diferentes-estilos-parentales/>

Dotor, M. (2022, 11 de julio). *Tipos de hiperpadres. ¿Eres alguno de ellos?* Educar es todo.

<https://educarestodo.com/blog/tipos-de-hiperpadres-eres-alguno-de-ellos/>

Equipo Editorial Etecé. (2022, 16 de febrero). Socialización. Concepto.

<https://concepto.de/socializacion/>

Estévez, A. (2020, marzo). *Significado de sobreprotección*. Significado.

<https://significado.com/sobreproteccion/>

Marín, A. L. (1986). El proceso de socialización: un enfoque sociológico. *Revista Española de Pedagogía*, 44(173), 357-370.

Masdeu, M. (2023, 6 de diciembre). *Hiperpaternidad y sobreprotección: ¿qué es y cuáles son las consecuencias?* Mi bebé y yo. [https://mibebeyyo.elmundo.es/ninos/educacion-](https://mibebeyyo.elmundo.es/ninos/educacion-infantil/hiperpaternidad-que-es)

[infantil/hiperpaternidad-que-es](https://mibebeyyo.elmundo.es/ninos/educacion-infantil/hiperpaternidad-que-es)

Míguez, R. (2023, 24 de septiembre). Los psicólogos avisan del alza de la ansiedad y de la depresión en niños por la sobreprotección parental. *Información*.

<https://www.informacion.es/elche/2023/09/24/psicologos-avisan-alza-ansiedad-depresion-92478775.html>

Millet, E. (2016). *Hiperpaternidad*. Plataforma Editorial.

Narbona, J. & Crespo-Eguílaz, N. (2012). Plasticidad cerebral para el lenguaje en el niño y el adolescente. *Revista de Neurología*, 54 (Supl 1): S127-30.

<https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/57825/1/bhS01S127.pdf>

Navarro Ruiz, C. (2023, 5 de marzo). *Estilos de crianza y parentalidad positiva*. Buencoco.

<https://www.buencoco.es/blog/estilos-de-crianza>

Orden ECI/3854/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro en Educación Infantil. *Boletín Oficial del Estado*, 312, de 29 de

- diciembre de 2007. <https://www.boe.es/eli/es/o/2007/12/27/eci3854>
- Peña, J. V., Rodríguez, C. & Torío, S. (2008). Estilos educativos parentales. Revisión bibliográfica y reformulación teórica. *Teoría de la educación*, 20, 151-178.
- ¿Qué son los padres y madres helicóptero? Ideas Imprescindibles. <https://www.ideasimprescindibles.es/que-son-los-padres-y-madres-helicoptero/>
- Ramón, I. (2015, 28 de diciembre). Los casos de ansiedad en niños y jóvenes se disparan por la sobreprotección. *La Opinión de Málaga*. <https://www.laopiniondemalaga.es/malaga/2015/12/28/casos-ansiedad-ninos-jovenes-disparan-28475355.html>
- Rius, M. (2018, 27 de agosto). Menos juego libre, más depresión y ansiedad infantil. *La Vanguardia*. <https://www.lavanguardia.com/vida/20180827/451423345385/salud-mental-infantil-juego-depresion-infantil-sobreproteccion-hijos.html>
- Sánchez, C. M. (2022, 13 de abril). Padres helicóptero ¿De verdad es necesario, mamá? La sobreprotección de los niños, a examen. *ABC*. https://www.abc.es/xlsemanal/a-fondo/padres-sobreproteccion-miedo-pedagogia-educacion-tendencia-libertad-aprendizaje.html?x-vocento-user-type=anonimo&x-vocento-hide-content=no&x-vocento-access-type=ALLOW_ACCESS/
- Sánchez, C. M. (2023, 7 de noviembre). Las terribles consecuencias de la sobreprotección de los niños. *El Correo*. <https://www.elcorreo.com/xlsemanal/a-fondo/consecuencias-de-la-sobreproteccion-de-los-ninos-padres.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.elcorreo.com%2Fxlsemanal%2Fa-fondo%2Fconsecuencias-de-la-sobreproteccion-de-los-ninos-padres.html>
- Yubero, S. (2004). Socialización y aprendizaje social. En Fernández, I., Mercedes, E., Páez, D. et al (Ed), *Psicología social, cultura y educación* (pp. 819-844). Pearson Educación. JSTOR

ANEXOS

Anexo 1. Circular del equipo docente de infantil a las familias.

“Queridas familias,

Desde el equipo docente del centro, nos ha llegado una propuesta que nos parece interesante comunicaros por su importancia en la etapa de crianza de vuestros hijos e hijas. El equipo de X nos ha contactado ya que están haciendo un estudio acerca de los estilos parentales llevados a cabo en la actualidad y cómo la forma de educar afecta en la salud mental de los niños y jóvenes. Os invitamos a contestar a esta encuesta para colaborar en su investigación (link a la encuesta), no os supondrá más de cinco minutos. Creemos importante colaborar en investigaciones como estas ya que el principal objetivo que compartimos maestros, maestras, padres y madres es el desarrollo óptimo de los niños y niñas en todos sus ámbitos, incluido el emocional.

Muchas gracias por vuestra atención.

Un cordial saludo,
el equipo docente de Educación Infantil.”

Anexo 2. Encuesta a cumplimentar por las familias. Creación de Eva Millet, recuperado de su libro *Hiperpaternidad*.

	SÍ	NO
1. ¿Tenía ya un plan trazado para las vidas de sus hijos antes de que nacieran?		
2. ¿Considera que se han convertido en el eje de su existencia?		
3. ¿Encuentra la paternidad o la maternidad más agotadora de lo que imaginaba?		
4. ¿Su agenda familiar la marcan las actividades de sus hijos?		
5. ¿Nota que en el día a día no llegan a todo, ni usted ni sus hijos?		
6. ¿Sus hijos menores de 12 años tienen más de tres tardes ocupadas a la semana?		
7. ¿Les hace fotos con frecuencia y las cuelga en las redes sociales?		
8. ¿Sus hijos necesitan que usted esté con ellos para dormirse?		

9. ¿Sufren miedos habitualmente?		
10. ¿Al recogerlos en el cole, carga automáticamente con su mochila?		
11. ¿Los ayuda con los deberes (o se los hace) por sistema?		
12. ¿Se siente culpable por no darles a sus hijos todo lo que piden?		
13. Con frecuencia, ¿habla en plural cuando se refiere a sus hijos?		
14. ¿Ha excusado alguna vez a su hijo diciendo: «Es que se frustra»?		
15. ¿Compara lo que hacen los hijos de los otros con lo que hacen los suyos?		
16. ¿Sus hijos tienen profesor de refuerzo, aunque no lo necesiten?		
17. ¿Los presiona para que hagan las actividades que usted quiere que hagan?		
18. ¿Discrepa a menudo con los maestros o entrenadores de sus hijos?		
19. ¿Sus hijos se aburren con frecuencia?		
20. ¿Sus hijos colaboran regularmente en las tareas del hogar?		
21. ¿Está satisfecho con la escuela de sus hijos?		
22. ¿Sus hijos comen de todo?		
23. Como familia, ¿tienen algunas tardes libres, sin nada planificado?		
24. ¿Acepta con deportividad que el equipo de sus hijos pierda?		
25. ¿Sus hijos son capaces de distraerse solos, sin supervisión adulta?		
26. ¿Acepta que tomen una decisión por sí solos, aunque no la crea adecuada?		
27. ¿Les dice NO a sus hijos como mínimo una vez al día?		

Anexo 3. Correo electrónico a las familias con la presentación del taller.

“Estimada familia,

Muchas gracias por haber dedicado su tiempo a realizar nuestro cuestionario, le agradecemos su colaboración. Si le interesa el tema tratado, le informamos de que hemos organizado un taller para padres y madres en el que hablaremos con ustedes acerca de cómo las formas de crianza pueden afectar a la salud mental de sus hijos e hijas y aportaremos herramientas para educar de la forma más sana posible. El taller comienza el próximo lunes 21 de octubre de 17:30 a 18:30 en (el lugar de realización). Nos encargaremos de aportar un ambiente seguro y cercano, donde familias podáis compartir y aprender en colaboración.

Nos preocupamos por el bienestar de su hijo/a casi tanto como usted. Si está interesado/a en acudir, solo necesitará motivación y ganas de aprender. Estaremos encantados de recibirla el próximo lunes.

De nuevo, gracias por su atención.

Un cordial saludo,

El equipo de X.”

Anexo 4. Cartel adjunto al correo electrónico.



Anexo 5. Cuestionario de satisfacción del taller.

CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN DEL TALLER “NOMBRE DEL TALLER”			
	SÍ	QUIZÁ/A VECES	NO
1. ¿Habría acudido al taller si no fuera por la comunicación del tutor/a de su hijo/a?			

2. ¿Considera que la información proporcionada en el taller ha sido útil para usted?			
3. ¿Ha podido compaginar de forma cómoda el horario de las sesiones con su día a día? *Si su respuesta es "NO" o "A VECES" justifíquelo, si es posible:			
4. ¿Considera que el número de sesiones ha sido escaso?			
5. ¿Considera que el número de sesiones ha sido excesivo?			
6. ¿Este taller le ha aportado información interesante que desconocía?			
7. ¿Cree que ha faltado información por tratar? *Si la respuesta es "SÍ" indique cuál:			
8. ¿Considera que las dinámicas de charla con otras familias y compartir experiencias ha sido algo positivo para aprender?			
9. ¿Cree que este taller le ha servido para concienciarse más sobre la salud mental de su hijo/a?			
10. ¿Se ha sentido escuchado?			
11. ¿En alguna ocasión se ha sentido juzgado como madre/padre?			
12. ¿Recomendaría este taller a otras familias? *Justifique la respuesta:			
¿Cuál es el aspecto que más le ha gustado del taller?:			
Propuestas de mejora o anotaciones a tener en cuenta:			