



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

GRADO EN EDUCACIÓN INFANTIL

CURSO 2024/2025

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**INFLUENCIA DE LA RELACIÓN PARENTAL EN LA INFANCIA
SOBRE EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL EN LA VIDA
ADULTA**

Estudiante: Aiala Bengoa Rojo

Tutor: Amandio Daniel Pinto

Resumen

Este trabajo de fin de grado aborda la relación existente entre los vínculos parentales y el desarrollo socioemocional en la vida adulta, a partir de una revisión bibliográfica. Se investigan diversos estudios y trabajos en los que la teoría evolutiva y la educación están presentes, examinando cómo los vínculos creados entre padres e hijos los primeros años de vida tienen una gran repercusión en diferentes aspectos de la personalidad del niño no solo durante su infancia, sino también a largo plazo en la vida adulta. También se trata la importancia del apego y los estilos de crianza, además de la separación parental y el impacto que esta puede tener en los más pequeños.

Palabras clave: Relación parental, desarrollo socioemocional, infancia, apego, separación parental.

Abstract

This final degree Project deals with the relationship between parental relationships and socio-emotional development in adult life, based on a bibliographic review. Various studies and Works in which evolution theory and education are present are investigates, examining how the bonds created between parents and children in the first years of life, have a great impact in different aspects of the child's personality, not only while it is a child, but also in the long term in adult life. It also discusses the importance of attachment and parenting styles, as well as parental separation and the impact it can have in the youngest children.

Keywords: Parental relationship, socioemotional development, childhood, attachment, parental separation.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
JUSTIFICACIÓN	5
OBJETIVOS.....	7
1.- EL PAPEL DE LA RELACIÓN ENTRE PADRES E HIJOS.....	8
2.- INFLUENCIA DE LAS RELACIONES PARENTALES EN EL COMPORTAMIENTO PROSOCIAL INFANTIL.....	15
2.1 EMPATÍA Y SU DESARROLLO EN LA INFANCIA	16
2.2 REGULACIÓN EMOCIONAL Y SU RELACIÓN CON LA CONDUCTA PROSOCIAL.....	16
2.3 HABILIDADES SOCIALES Y SU DESARROLLO EN EL CONTEXTO FAMILIAR.....	19
2.4 INTERRELACIÓN ENTRE EMPATÍA, REGULACIÓN EMOCIONAL Y HABILIDADES SOCIALES	20
3. EL APEGO Y SU IMPACTO EN EL DESARROLLO.....	23
3.1. TEORÍA DEL APEGO DE JOHN BOWLBY.....	24
3.2.1. <i>La Situación Extraña: Evaluación del apego en la infancia</i>	27
3.2.2. <i>Tipos de apego y su impacto a futuro</i>	27
3.3. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL DESARROLLO DEL APEGO	31
3.4. CONCLUSIÓN.....	33
4. LA SEPARACIÓN PARENTAL Y SU IMPACTO EN EL DESARROLLO INFANTIL	34
4.1.- LA RUPTURA FAMILIAR COMO EVENTO ESTRESANTE EN LA FAMILIA	34
4.2 CAMBIOS EN LA RELACIÓN PADRE-HIJO Y MADRE-HIJO TRAS LA SEPARACIÓN	37
4.3 IMPACTO EMOCIONAL A MEDIO Y LARGO PLAZO	39
4.4 FACTORES PROTECTORES	43
4.5 IMPLICACIONES EDUCATIVAS Y FAMILIARES	44
REFLEXIONES FINALES	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	51

Introducción

Con los años, y el paso del tiempo, la manera de relacionarse al interior del núcleo familiar ha ido cambiando. Las dinámicas familiares, así como las relaciones que los padres construyen con sus hijos, han evolucionado para adaptarse a los cambios que se han ido produciendo en la sociedad. Además, ha aumentado la información y, con ello, ha evolucionado la percepción que se tiene sobre la infancia, siendo esta considerada como una etapa importante para el correcto desarrollo integral de los niños y su futuro en la adultez.

Junto con los cambios, diferentes estilos de crianza han ido perdiendo fuerza hasta llegar a desaparecer, pero otros permanecen activos teniendo gran influencia en el cómo los niños perciben el mundo, y, sobre todo, a sí mismos. Además, conviven con estilos más recientes caracterizados por ser más respetuosos. Esto implica que la calidad de las relaciones parentales creadas a lo largo de la infancia sea un elemento clave no solo para lograr un bienestar en la infancia, sino que también en la etapa adulta.

Este trabajo busca profundizar sobre la importancia que tienen las relaciones parentales en el desarrollo emocional de los niños. Mediante una revisión bibliográfica, se pretende realizar una búsqueda y análisis por distintos estudios e investigaciones para lograr así ver la importancia que tienen estos vínculos creados en los primeros años de vida además de la influencia que tienen a largo plazo en la persona.

Tiene como propósito el estudiar, partiendo de un enfoque teórico, como las experiencias vividas a lo largo de la infancia, sobre todo dentro del núcleo familiar, pueden condicionar a las personas, interfiriendo sobre todo en el desarrollo emocional y en la percepción que se tiene de uno mismo.

Justificación

Cada vez es más común observar en ámbitos educativos a niños con dificultades para relacionarse o con problemas de conducta que vienen derivadas de las experiencias vividas en casa, dentro de la unidad familiar más próxima. No es raro ver estos mismos patrones de comportamiento en adultos. Todo ello proviene de la relación parental establecida durante los primeros años de vida, es decir, de la relación que se crea entre los progenitores y niños. Estas relaciones son un eje fundamental para el desarrollo emocional del menor, afectando en gran medida a la autoestima, la forma de relacionarse con los demás, entre otros.

Es por ello por lo que, con la redacción de este trabajo, se pretende lograr una mejor comprensión de como la calidad de ese vínculo creado con los progenitores puede influir y en qué medida lo hace en el desarrollo emocional del menor, con una proyección también en la vida adulta. El trabajo pone el foco en analizar diferentes relaciones parentales y la influencia que estas tienen en el desarrollo emocional. Todo esto, buscando datos, diferentes estudios y teorías de autores con los que se logra identificar cómo se construyen esas relaciones y las consecuencias que estas tienen.

Mediante la elaboración de este documento las competencias específicas obtenidas según la guía docente del Trabajo de Fin de Grado son las siguientes:

- **Reunir e interpretar datos significativos para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole educativa.**

Esta competencia requiere la capacidad de recopilar y analizar información sobre la influencia de la relación parental buscada así respuesta a sus efectos.

- **Ser capaz de elaborar un documento que permita transmitir información, ideas innovadoras educativas o propuestas educativas.**

Esta, dejando a un lado la propuesta didáctica, supone aportar información para tener una base de conocimientos respecto al tema que puedan ser útiles para el trabajo en el aula.

Objetivos

Los objetivos a los que este trabajo de fin de grado responde son los siguientes:

- Comprender cómo las experiencias emocionales vividas en la infancia moldean los rasgos de personalidad en la etapa adulta.
- Determinar cómo los modelos parentales interiorizados en la infancia influyen en la percepción que se tiene del mundo y de uno mismo en la edad adulta.
- Examinar la relación entre el tipo de relación parental vivida y la forma en que se establecen vínculos afectivos y sociales en la adultez.

1.- El papel de la relación entre padres e hijos

Los lazos familiares que se establecen entre padres/madres e hijos/hijas se pueden definir como el vínculo emocional, social y psicológico que se establece entre los progenitores y el menor (desde su nacimiento, en el caso de ser hijo biológico), y que se va desarrollando a lo largo de la vida de ambas partes (**IJzendoorn, Schuengel, y Bakermans-Kranenburg, 1999**). Por este motivo, en este apartado se pretende analizar en qué medida la calidad de esta relación entre padres e hijos influye en el desarrollo físico, emocional, cognitivo y social del niño durante la primera infancia.

Este vínculo parental se ha definido en múltiples ocasiones y por diversos autores. **Raznoszczyk de Schejtman, C. (2018)** en su artículo titulado “Dimensiones de la parentalidad. Reflexiones e investigaciones actuales”, suscribe las palabras de los autores Stoleru, Vandrell, Magnin y Spira (1998). Estos entienden la parentalidad como una parte esencial del funcionamiento psíquico de las personas y que agrupa de forma ordenada todos aquellos pensamientos, emociones, recuerdos y comportamientos que los padres/madres generan en la relación con sus hijos.

Desde otro punto de vista, el **Consejo de Europa (2006)** en su Recomendación Rec (2006) 19, define una buena parentalidad como:

“comportamiento de los padres fundamentado en el interés superior del niño, que cuida, desarrolla sus capacidades, no es violento y ofrece reconocimiento y orientación que incluyen el establecimiento de límites que permitan el pleno desarrollo del niño”

Cabrera, Shannon y Tamis-LeModa (2007) postulan que estas relaciones abarcan la interacción que se da de forma continua entre padres e hijos y que crea el desarrollo social, emocional y cognitivo del menor.

Por otro lado, **Gastello Mathews, Willy. (2024)** en su artículo titulado “Relación parental y rendimiento académico de un grupo de estudiantes de primaria en una escuela pública en Lima, Perú”, cita al Ministerio de Educación y Formación Profesional de España (2015), el cual concibe la relación parental como un conjunto de tácticas que se ponen en práctica dentro de la familia de una forma consciente, con el objetivo de tener la mejor relación posible entre los progenitores y los hijos, guiándolos, orientándolos y educándolos para así también lograr un buen desarrollo cognitivo y emocional.

El vínculo parental se va construyendo de forma paulatina, con las continuas interacciones que surgen mediante el cuidado, la educación y la protección a lo largo del desarrollo global del menor, proporcionando un crecimiento no solo a nivel físico, sino también cognitivo, emocional y social.

Es importante destacar que el vínculo parental es una relación bidireccional, es decir, se establece entre dos personas que están en un constante aprendizaje. Esto conlleva a que ese vínculo este en continua evolución y no sólo es el adulto quien aporta al niño, sino que el menor tiene también un gran impacto en el adulto.

De hecho, **Bronfenbrenner (1979)** hace hincapié en que este es un proceso dinámico, ya que el menor responde a los cuidados recibidos, pero es capaz de adecuarlos en base a sus propias necesidades. Este mismo autor aporta un enfoque ecológico, el cual tiene gran relevancia a la hora de comprender las relaciones. Este enfoque sostiene que el desarrollo del

ser humano es resultado de la interacción entre diversos sistemas como la familia, el entorno, la cultura y la escuela. A pesar de ello, Bronfenbrenner sitúa en el centro de todo a la familia, catalogándola como el sistema que más impacta en el menor durante los primeros años de vida. Por todo esto podemos decir que la relación entre padres/madres e hijos/hijas es algo que no sólo facilita el bienestar del menor durante su infancia, sino que tiene un gran impacto también en la adultez.

Este vínculo se va forjando de diferentes formas dependiendo de factores como el contexto, el nivel socioeconómico, los estilos de crianza, los momentos vitales en los que se encuentren los padres, las experiencias que hayan vivido, además de las características propias del menor y de los padres.

Por lo tanto, es correcto decir que la relación entre padres/madres e hijos/hijas es una estructura compleja y dinámica que se encuentra en constante desarrollo. Además, tiene una influencia decisiva en el desarrollo integral de la persona. Es una relación en la cual el apego, el cuidado, el reconocimiento mutuo y la comunicación efectiva son los pilares fundamentales, y las experiencias vividas a lo largo de la infancia dejan un gran vestigio que acompaña a la persona a lo largo de su vida.

Desde diversas teorías planteadas por grandes autores, se ha llegado al consenso de que estas relaciones no solo tienen un efecto en la vida de los niños a lo largo de la infancia, sino que repercute en gran medida y de manera profunda durante la etapa adulta.

Shonkoff y Phillip, (2000) aseguran que la relación que se forma entre ellos tiene un gran impacto en el desarrollo del cerebro. Los progenitores, al proporcionar un cuidado sensible mejoran el sistema de estrés del niño. Todo esto fortalece las conexiones neuronales y

disminuye el riesgo de causar traumas y problemas de salud mental como, por ejemplo, la ansiedad y la depresión.

Podemos afirmar que el núcleo familiar compuesto por progenitores e hijos es la primera escuela para el menor, ya que normalmente proporciona las normas, los valores, las actitudes y las herramientas para la integración, que son fundamentales para el desarrollo integral del niño. **D. Baumrind (1967)** en su teoría respecto a los estilos de crianza, aseguró que estos tienen una gran influencia en el desarrollo de la conducta en los niños. Esta autora señala que un estilo de crianza caracterizado por un aporte de normas claras y coherentes, tiene mejores resultados en cuanto a la salud mental en los niños, así como una mejor adaptación social y mayor capacitación para la socialización, como también un mejor rendimiento académico. Por el contrario, cuando se proporciona un estilo autoritario con normas estrictas y con un bajo nivel de comunicación, o un estilo negligente, donde los padres son muy permisivos, sin normas ni límites bien definidos, se genera inseguridad emocional y problemas de autoestima.

Erikson (1950), autor de la teoría del desarrollo psicosocial, en su libro llamado "*Childhood and society*" plantea que, dentro de las ocho etapas del desarrollo humano, la relación parental es de gran importancia ya que, en esa primera etapa de la vida desde el nacimiento hasta los 18 meses de edad, se aprende a confiar y desconfiar de igual manera en las demás personas, y esto se da dependiendo del tipo de crianza y de los vínculos de apego que existan. Todo lo aprendido durante esos primeros meses, la confianza o la desconfianza, la seguridad o la frustración, serán los factores que diferencien las distintas relaciones que el menor establezca en un futuro.

Por otro lado, **Albert Bandura (1977)** defiende la teoría del aprendizaje social. Esta teoría postula que el comportamiento de cada uno se obtiene por medio de la imitación. Es por ello por lo que los padres son un gran referente para los niños, puesto que los menores son lo que observan y, posteriormente, reproducen siguiendo los actos de sus progenitores. Esos comportamientos, al adquirirse desde una edad temprana y en un entorno cercano, como es la familia, quedan grabados durante su crecimiento influyendo en la vida adulta a la hora de crear relaciones en los diferentes contextos de la vida.

Ese vínculo creado entre padres e hijos es crucial para la formación de la identidad del menor. Asimismo, según el tipo de relación que se establezca, influirá tanto en la autoestima del infante, como en su capacidad de gestión emocional y en cómo se relacionará con otras personas.

Por último, el psicoanalista inglés **J. Bowlby (1969)**, pionero en la creación de trabajos sobre el apego, en su trabajo titulado “*Attachment and loss*”, que posteriormente **M. E. Moneta (2014)** reescribió traduciéndolo al castellano, asegura que la relación que se genera entre un progenitor y el menor sirve de base para que el niño construya la percepción que tiene sobre su entorno y sobre sí mismo; ayuda a su autonomía y a la confianza que proporciona el menor sobre los agentes externos a su familia, es decir, la confianza interpersonal. Todo esto deriva en que, proyectando sobre la vida adulta, el menor pueda crear relaciones con iguales de una forma sana y segura.

En resumen, la relación entre padres e hijos es uno de los pilares más importantes para lograr el desarrollo integral de los niños. Esta, basada en el apego, la confianza y el apoyo emocional. No solo es la base de la identidad y de la autoestima del niño, sino que también afecta en gran manera la capacidad de interactuar con el mundo exterior y con sus iguales.

Gracias a una educación adecuada, donde el respeto, la comunicación, así como unas normas que aporten estabilidad y seguridad, el niño podrá desarrollar las herramientas emocionales necesarias como la gestión de emociones, la autonomía y la confianza. De igual manera, los padres actúan como el primer modelo de comportamiento social y emocional, enseñando al niño a cómo identificar una relación saludable y cómo lidiar con las relaciones entre las personas.

Teniendo en cuenta la importancia de la calidad de estas relaciones y como estas tienen un impacto directo en el desarrollo de los niños, concretamente en el desarrollo socioemocional, es necesario trasladar todo esto a las aulas, principalmente en el aula de educación infantil, pero sin dejar atrás el resto de las etapas. Los docentes han de trabajar con actividades que ayuden a fortalecer las habilidades socioemocionales de los más pequeños, colaborando en crear un entorno basado en la seguridad afectiva de estos, así como trabajar de forma conjunta con las familias de los alumnos para poder proporcionar una educación lo más beneficiosa posible en ambos entornos, tanto en el hogar como en la escuela.

Un ejemplo de las actividades que se podrían llevar al aula para poder trabajar en ella sería “El rincón de las emociones”. Esta constaría de un panel con las fotos de cada uno de los niños, en el que cada mañana, cada uno colocaría al lado de su foto la imagen que describa la emoción de cómo se siente. Posteriormente, en la asamblea, se comentaría el porqué de esas emociones, buscando la identificación emocional de los niños, así como la capacidad para expresarlas y comunicarlas.

Como se ha mencionado con anterioridad, en la confianza interpersonal, tal y como señala **Bowlby (1969)**, se aprecia la gran importancia de estos primeros vínculos en la formación de la percepción del niño sobre sí mismo y sobre los demás, y cómo estos factores

tienen una gran relevancia en sus futuras interacciones sociales. A medida que el niño crece, estos lazos familiares aportan la estabilidad emocional necesaria para el desarrollo de una actitud positiva hacia el entorno social, además de proporcionar la capacidad de afrontar las relaciones con sus iguales de una manera saludable.

De esta forma, la relación entre padres e hijos se convierte en un elemento clave no solo para el desarrollo emocional y psicológico del niño, sino también para el establecimiento de las bases de su comportamiento prosocial. Dado que a medida que el niño interioriza las diversas dinámicas de cuidado, apoyo y reciprocidad dentro del núcleo familiar, empieza a emplear estos comportamientos en sus interacciones con otros.

En definitiva, el vínculo formado entre padres e hijos durante los primeros años de vida es mucho más que una relación afectiva. Podríamos decir que es la base sobre la que el desarrollo integral del menor se forma. La calidad de esta relación, en la cual se contemplan conceptos como el cuidado, la sensibilidad y coherencia emocional además del acompañamiento, tiene gran influencia en aspectos como la seguridad emocional, la autoestima, la adquisición de valores y sobre la forma de comprender el mundo que rodea al niño. Por ello, no solo se habla de la gran importancia que tiene la presencia del adulto, sino de cómo se construye esta. Una relación parental afectiva, además de estable, no solo genera bienestar durante la etapa de la infancia, sino que también condiciona en gran medida la forma en la que el menor se desarrolla, tanto física, emocional, cognitiva como socialmente. De esta manera, entender este vínculo no debe limitarse exclusivamente a la realización de un análisis teórico, sino que tiene que ser trasladado a la práctica educativa y familiar para poder, así, ofrecer entornos seguros y estimulantes al niño desde que este nace.

2.- Influencia de las relaciones parentales en el comportamiento prosocial infantil

El comportamiento prosocial en la infancia es un término que entendemos como la serie de acciones voluntarias que se realizan con el fin de beneficiar a otras personas como, por ejemplo, compartir, ayudar, mostrar empatía o respeto hacia el otro; y constituyen un pilar esencial en el desarrollo socioemocional del ser humano. Estas conductas no surgen de forma natural e innata, sino que son claramente aprendidas del entorno inmediato del niño, es decir, la familia y, más concretamente, las figuras parentales. Por ese motivo, en este apartado se pretende analizar cómo los diversos estilos parentales influyen en la adquisición y desarrollo de estas competencias clave a lo largo de la infancia.

Las interacciones tempranas con los progenitores proporcionan al niño cierta seguridad afectiva, además de servir como base para el aprendizaje y adquisición de normas sociales, el saber gestionar la regulación de emociones y ayudar a sentir empatía por las experiencias ajenas.

Diferentes estudios han logrado demostrar que las prácticas de crianza tienen una influencia muy significativa en la adquisición de habilidades prosociales. Estilos parentales caracterizados por el afecto, con una buena comunicación y la disciplina inductiva fomentan el desarrollo de la empatía, la autorregulación emocional y la competencia social en los niños. **(Hammond, y Brownell, 2015)**. A través del vínculo afectivo con los padres, los niños aprenden a reconocer sus propias emociones, comprender las de los demás y responder de manera adecuada en contextos sociales diversos **(Hastings, et. al. 2000)**. Por tanto, analizar cómo las relaciones parentales afectan el comportamiento prosocial resulta clave para comprender la trayectoria del desarrollo social en la infancia y su impacto a largo plazo.

2.1 Empatía y su desarrollo en la infancia

La empatía se puede definir como la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás. **Hastings, et. al. (2000)**, mediante su estudio, han demostrado que los niños son capaces de manifestar conductas empáticas desde edades muy tempranas. Estos comportamientos son un claro ejemplo de las interacciones que tienen con sus cuidadores. Además, diversos estudios han llegado a la conclusión de como la empatía parental y la regulación emocional están relacionadas con la competencia social y con los problemas emocionales y de conducta de los niños durante la etapa escolar.

Según afirman **Eisenberg y Mussen (1989)**, en su libro titulado “*The roots of prosocial behavior in children*”, la empatía es un elemento muy importante para la cooperación y la ayuda en situaciones de necesidad. Estudios como el de **Hastings, et. al. (2000)** alegan que los niños que son capaces de desarrollar una mayor capacidad empática suelen ser más prosociales y muestran un menor número de conductas agresivas. Además, la manera cómo los padres reaccionan y responden a las emociones de sus hijos influye de forma directa en el desarrollo de la empatía de los menores. Siguiendo esta misma línea, **Hoffman (2000)** incide en cómo cuando los adultos hacen uso de la disciplina inductiva, ya mencionada con anterioridad, es decir, explicando el impacto tanto positivo como negativo que tienen las acciones en los demás, los niños desarrollan una mayor sensibilidad hacia los sentimientos ajenos.

2.2 Regulación emocional y su relación con la conducta prosocial

Para lograr ver la relación existente entre la regulación emocional y la conducta prosocial, es importante entender en que consiste este primer término. La regulación emocional es una habilidad esencial que permite a los humanos gestionar y dar respuesta de una forma

adecuada a las emociones propias. Durante los primeros años y a lo largo de la infancia, el desarrollo de esta destreza es un proceso fundamental, ya que los niños deben aprender a identificar, comprender y expresar sus emociones independientemente de que produzcan satisfacción o no. En este proceso, al igual que pasaba con la empatía, también se ve influenciado en gran manera por las interacciones con los padres, quienes actúan como guías en la gestión emocional.

Según **Gross (2002)**, la regulación emocional se da mediante el conjunto de procesos que influyen tanto en la aparición, la duración y la intensidad de estos, como en la expresión de las emociones. Esta capacidad es fundamental para lograr una buena adaptación social y emocional del niño ya que, por el contrario, los niños que carecen de estas habilidades para lograr regular de forma correcta sus emociones suelen experimentar complicaciones a la hora de interactuar con los demás y en la resolución de problemas cotidianos. Siguiendo este camino, un estudio realizado en Guanajuato con niños de entre 8 y 11 años encontró una relación relevante entre una adecuada regulación emocional y un incremento en conductas prosociales, como en la cooperación, en el compartir y en la empatía, destacando la importancia que tiene el fomentar esta habilidad desde edades tempranas (**Ramírez-Rueda & Rodríguez-Sánchez, 2022**).

El estudio de **Hastings, et. al. (2000)** también ha demostrado que los niños que son capaces de regular sus emociones de manera óptima son más propensos a involucrarse en comportamientos prosociales, como el consuelo, la ayuda y la cooperación. Además, la capacidad de regular las emociones permite a los menores comprender mejor las emociones de los demás, y esto también facilita la empatía y la resolución de conflictos (**Denham, 2006**). De hecho, **Denham, S. A., Wyatt, T. M., Bassett, H. H., Echeverria, D., & Knox, S. S. (2009)**

afirman que los niños que tienen una mayor capacidad de autorregulación emocional son más competentes en sus interacciones sociales y son más propensos a ayudar a otros en situaciones de necesidad.

Una de las formas en que los padres influyen en el desarrollo de la regulación de las emociones es a través de los comportamientos de los adultos como referentes para sus hijos. En el momento en el que los padres demuestran cómo gestionan sus propias emociones en diversas situaciones cotidianas, no siempre sencillas, ofrecen a sus hijos un ejemplo práctico, donde ellos pueden ver cómo se lleva a cabo esa gestión emocional en diversos contextos. Asimismo, prácticas parentales como la validación emocional, proceso en el que se aceptan y comprenden las emociones, la creación de un entorno afectivo y seguro para poder así expresar emociones, o la enseñanza de diversas estrategias para hacer frente a conflictos, siembran el desarrollo de una regulación emocional adecuada en la infancia, lo que a su vez beneficia a las conductas prosociales como la empatía y la cooperación (**Thompson, 2014**). Siguiendo en esta misma línea, **García-Linares, Casanova-Arias, y Martínez-López, (2015)** aseguran que los padres ejercen el papel de guías emocionales mediante sus relaciones e interacciones cotidianas, ayudando así a la adquisición de competencias emocionales en sus hijos. Dentro de este proceso es fundamental la existencia del apego.

En resumen, la regulación emocional está estrechamente vinculada al comportamiento prosocial, ya que los niños que aprenden a controlar sus emociones de manera efectiva están mejor preparados para mantener una buena o adecuada relación al interactuar con los demás, mostrando empatía y ofreciendo ayuda en las situaciones sociales.

2.3 Habilidades sociales y su desarrollo en el contexto familiar

Las habilidades sociales son de gran importancia para lograr una buena adaptación con el entorno. Para los más pequeños, esto es algo esencial a la hora de tener una integración exitosa tanto en grupos pequeños como en grupos más amplios, como pueden ser la familia más extensa, el colegio, entre otros. Estas habilidades contienen la capacidad de comunicarse de una forma eficaz, de trabajar en equipo de una forma positiva, de lograr resolver conflictos y de desarrollar relaciones positivas con iguales.

El contexto más próximo del menor, es decir, el familiar, tiene un papel crucial a la hora de buscar desarrollar estas competencias, debido a que los padres no solo ejercen de modelo de comportamiento, sino que también son los que proporcionan situaciones para la interacción social.

Denham, S. A., Wyatt, T. M., Bassett, H. H., Echeverria, D., & Knox, S. S. (2009) recalcan que las prácticas parentales beneficiosas para la expresión emocional, además de suscitar una interacción positiva, son esenciales para el desarrollo de las habilidades sociales de los más pequeños. Los adultos que son capaces de generar un entorno en el cual se proporciona apoyo, se fomenta la resolución de problemas de una manera adecuada y favorable, está sirviendo de gran ayuda para el desarrollo de la competencia social de sus hijos. Tal y como aseguran **Hastings, et. al. (2000)** los niños a los que sus padres los han enseñado diferentes habilidades de comunicación y han fomentado el trabajo en grupo, suelen mostrar una mejor capacidad de interacción en contextos sociales más grandes.

En estudios recientes como el de **Suclupe Valencia (2020)** se puede observar cómo durante los meses de la pandemia del COVID 19, los niños obtuvieron mejoras tanto en

conducta como en sus habilidades de comunicación, lo cual fue beneficioso para los más pequeños de cara a tener que volverse a enfrentar a entornos sociales más amplios. Esto fue resultado del incremento en el tiempo compartido entre padres e hijos, tiempo que se pudo dedicar a juegos, lectura y demás actividades.

Por último, **Braz, Cômodo, Z. Del Prete, A. Del Prete y Fontaine (2013)** en su estudio denominado “Habilidades sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares”, concluyeron cómo las habilidades sociales son transmitidas de padres a hijos, haciendo hincapié en la influencia que tienen las relaciones dentro de la familia para el ámbito social del menor.

En resumen, las relaciones familiares juegan un papel fundamental en el desarrollo de las habilidades sociales de los niños, proporcionándoles las herramientas emocionales y sociales necesarias para lograr desenvolverse de manera efectiva en su entorno.

2.4 Interrelación entre empatía, regulación emocional y habilidades sociales

Estos tres componentes, de los que ya se ha hablado, están muy relacionados entre sí. La empatía facilita la cooperación, aunque requiere de una buena regulación emocional para responder de forma correcta. Asimismo, las habilidades sociales permiten la aplicación de estas capacidades en contextos sociales complejos, es decir, las tres habilidades forman un conjunto esencial de competencias que permiten obtener un desarrollo socioemocional saludable en los niños.

Son tres áreas que no solo influyen de forma independiente en el comportamiento prosocial, sino que también se potencian mutuamente. Mediante su conjunto, se logra que los

niños construyan relaciones sociales positivas y manejen de manera segura las interacciones con los demás.

Estudios actuales subrayan la importancia de estas competencias en conjuntos. De este modo, **Naranjo-García, Reyes-Pérez y de la Roca (2025)** explican cómo los niños con edades comprendidas entre 8 y 12 años mejoran las habilidades para relacionarse con sus iguales, con la ayuda de estrategias de regulación emocional. Igualmente, **Salas, Alcaide y Moraleda (2023)** describen que, con la implementación de programas de inteligencia emocional en educación infantil, los niños son capaces de mejorar estos tres aspectos tan importantes de cara a lograr una actitud prosocial en los menores.

La relación entre estas tres habilidades no solo fomenta conductas prosociales a corto plazo, sino que también ejerce una influencia perenne en el bienestar emocional y social de los niños. La habilidad para entender y controlar las emociones tanto propias como ajenas, con la intervención de las capacidades sociales apropiadas, forman los cimientos para la creación de relaciones interpersonales sanas a lo largo de la vida.

Para concluir este apartado, incidir en cómo el comportamiento prosocial en la infancia no surge de manera espontánea, sino que es el resultado de un proceso de aprendizaje profundamente influenciado por el entorno familiar y, en especial, por las vivencias experimentadas durante la crianza. Las figuras parentales suponen un rol fundamental en este desarrollo, dado que son los modelos, los guías emocionales y los principales agentes de socialización durante los primeros años de vida.

La empatía, la regulación emocional y las habilidades sociales son competencias estrechamente interrelacionadas entre sí, las cuales, contribuyen de forma decisiva en el

comportamiento prosocial. La empatía permite comprender y responder ante el sufrimiento ajeno, la regulación emocional posibilita manejar las propias emociones para actuar adecuadamente en las interacciones sociales y, por último, las habilidades sociales serían las que permiten aplicar estas capacidades en contextos de interacción complejos.

El conjunto de las destrezas y habilidades reseñadas constituirían las bases del desarrollo socioemocional infantil.

Aquellas prácticas parentales que posibilitan y promueven tanto un apego seguro, como una comunicación abierta, junto con la disciplina inductiva favorecerán significativamente el desarrollo de estas competencias. Los estudios revisados muestran que los niños criados en entornos afectivos donde sus emociones son validadas y gestionadas de forma constructiva, tienden a mostrar mayores niveles de empatía, autorregulación y comportamiento cooperativo que los que son criados en entornos afectivos que bien se podrían considerar como poco saludables.

No se puede dejar de considerar que el contexto familiar no transmite únicamente valores y normas, sino que también provee una serie de estrategias concretas para interactuar con los demás. Las experiencias cotidianas, como el juego compartido, la resolución de conflictos o la lectura conjunta, actúan como escenarios privilegiados para la enseñanza de todas aquellas habilidades prosociales.

Finalmente, comprender la interrelación entre todos estos factores, no solo permite fomentar conductas prosociales en la edad temprana, sino que, además, asentaría los cimientos para una vida adulta emocionalmente saludable y socialmente comprometida. Es por eso por lo que intervenir de una manera temprana dentro del entorno familiar en el fortalecimiento de

los vínculos afectivos, la empatía y la regulación emocional, puede suponer una estrategia clave tanto para el bienestar individual como colectivo.

En definitiva, durante el desarrollo del infante, los padres o cuidadores son modelos esenciales para la adquisición de las competencias socioemocionales importantes como la empatía, la autorregulación emocional y las habilidades sociales. Es cierto que los estilos parentales son diversos, ya que aquellos que se basan en el afecto, y una amplia comunicación facilitan un mejor desarrollo prosocial. Por el contrario, los estilos autoritarios y/o negligentes tienden a ser un obstáculo para ello. Es en el día a día familiar mediante juegos, conversaciones o la resolución de conflictos, donde el niño interioriza de qué forma ha de relacionarse no solo con los demás si no también consigo mismo. Por lo tanto, el entorno familiar no solo impone las normas, sino que además moldea la forma en la que los más pequeños aprenden a convivir, comprender a los demás y sobre todo a gestionar sus emociones. Esta realidad subraya la importancia de la existencia de una relación parental consciente y empático desde el principio de la infancia.

3. El apego y su impacto en el desarrollo

El apego podríamos definirlo como un vínculo emocional que se establece entre el menor y sus cuidadores. Esta relación es primordial para un correcto desarrollo emocional y social del menor. Las experiencias vitales que un niño tiene a lo largo de sus primeros años de vida en compañía de sus cuidadores tienen un gran impacto en cómo se percibe a sí mismo y en la manera en la que se relaciona con los demás a lo largo de sus vidas (**Bowlby, 1969/1982**). Por todo ello, este apartado pretende realizar un análisis sobre el impacto que los distintos estilos de apego desarrollados durante la infancia tienen sobre la capacidad de establecer relaciones afectivas en la vida adulta.

3.1. Teoría del apego de John Bowlby

A mediados del siglo XX, en los años 60, John Bowlby, un psiquiatra británico, propuso la teoría del apego. Dicha teoría logró cambiar por completo la comprensión que existía hasta entonces sobre el desarrollo emocional infantil. Este autor dio diversas aportaciones en temas como la psicología evolutiva y la teoría del control cognitivo, entre otras, para lograr una explicación razonable sobre la importancia de los vínculos afectivos desde edades muy tempranas que surgen entre los niños y sus progenitores **(Bowlby, 1969)**.

Según lo propuesto por este autor, el apego no es una conducta que se aprenda, sino que es algo innato que está programado biológicamente. Se activa frente a situaciones de inseguridad o malestar, y tiene como objetivo principal asegurar la presencia del progenitor o cuidador para proteger al menor en situaciones de peligro **(Cassidy, 2008)**. Es por esto que el apego tiene la función de regular emociones que no generan bienestar y ejerce como base de seguridad. Es aquí donde el niño es capaz de desenvolverse y explorar su entorno, logrando así un impulso en su desarrollo tanto emocional como cognitivo **(Bowlby, 1973)**.

Bowlby presentó cuatro fases diferentes durante el desarrollo del apego a lo largo de los primeros años de vida, partiendo desde el nacimiento:

1. **Fase de preapego (0-6 semanas):** en esta primera fase, el bebé llama la atención del adulto mediante conductas innatas como puede ser el llanto. En estas primeras semanas, no existe una diferenciación de figuras, pero comienza a asentar las bases para un apego futuro.

2. **Formación del apego (6 semanas - 7 meses):** el menor comienza a expresar una clara predilección por algunos de sus cuidadores, a pesar de que no rechaza completamente la atención de extraños.
3. **Apego claro (7 meses - 18/24 meses):** se genera un vínculo significativo con figuras específicas. Es en esta etapa donde se empieza a ver la conocida ansiedad por separación, mostrando así un miedo o inseguridad hacia las figuras humanas no conocidas. Esto indica de forma clara cuáles son y cuáles no son sus figuras de apego.
4. **Relación recíproca (a partir de los 2 años):** con el desarrollo cognitivo, el infante logra comprender que su figura de apego, a pesar de haberse ido, vuelve. Esto convierte ese vínculo en uno más equilibrado.

Bretherton y Munholland (2008) hablaron sobre una de las aportaciones más significativas que hizo el autor británico nombrado con anterioridad. Este propuso los modelos operativos internos, también llamados “*internal working models*” en su versión original. Son una serie de representaciones mentales que el niño logra crear mediante experiencias vividas con sus primeras relaciones. Podríamos traducirlo como el modo en que el menor crea un pequeño esquema interno sobre cómo son las relaciones con los demás, qué se espera de ellos y qué importancia tiene uno mismo dentro de estas relaciones. Esto determina cómo el niño se percibe a sí mismo, es decir, si un niño crece en un entorno seguro, afectivo y con un modelo de apego seguro (del cual se hablará más adelante), crecerá confiando en que el mundo es un lugar en el que puede sentirse seguro, además de sentir que es merecedor de ser querido y tener el respaldo de los que le rodean cuando necesita de ello.

Por el contrario, cuando un niño crece en un modelo de apego inseguro, viviendo situaciones de rechazo continuas, incluso llegando a ser abandonado, nunca será capaz de creer que es merecedor de ser querido y tenderá a ocultar sus emociones. Estos modelos son importantes, ya que, a pesar de ser creados en la infancia, perduran hasta la vida adulta, adoptando un papel importante en las relaciones que se forman en esta etapa.

En resumen, la teoría del apego de Bowlby sirve para comprender cómo las primeras relaciones con los cuidadores generan la estructura emocional del niño. Además, estas están altamente vinculadas a las capacidades que desarrolla para lograr forjar relaciones estables y sanas. Esta visión sigue siendo de gran importancia para comprender cómo los niños se desarrollan.

3.2. Aportes de Mary Ainsworth: La Situación Extraña y los tipos de apego y su impacto en la vida adulta

La teoría del apego que desarrolló John Bowlby se reforzó gracias a las aportaciones hechas por la psicóloga **Mary Ainsworth (1978)**. Su trabajo permitió comprender cómo se mostraba el apego durante la infancia. Además, estas experiencias desde edades muy cortas forjan dinámicas duraderas en las relaciones externas. Esta psicóloga, además de dar más valor aún a la teoría que planteó Bowlby, realizó un experimento llamado *La Situación Extraña*, que le permitió profundizar en ella y logró marcar un antes y un después en la psicología del desarrollo.

3.2.1. La Situación Extraña: Evaluación del apego en la infancia

El experimento realizado por Ainsworth se llevó a cabo a lo largo de los años 70 con unas 100 familias estadounidenses, buscando comprender cómo actuaban los niños entre el año y el año y medio en relación con el apego. Trataba de estudiar los comportamientos del niño al interactuar con su cuidador y con un extraño ante situaciones diversas. Este estudio se fraccionó en ocho fases diferentes. A lo largo de estas se van dando situaciones en las que el bebé se encuentra o bien con su madre, con su madre y un extraño, solo con el extraño o solo. Fuera de la sala se encuentra una persona que va recogiendo los resultados en cuanto a las reacciones que tiene el niño ante la separación y el reencuentro con su madre, que en este caso es su figura de apego, además de cómo actúa ante la presencia de una figura extraña.

Mediante este estudio se logró ver los patrones existentes en los comportamientos de los menores, que demostraban los diferentes vínculos que las familias habían logrado en escasos meses. Mediante este, Ainsworth clasificó los datos dando nombre a tres estilos de apego: el seguro, el evitativo y el ambivalente. Esto no se quedó ahí, dado que fue fuente de estudio para diversos autores como **Main y Solomon (1990)**, quienes dieron nombre a un último estilo como el desorganizado.

3.2.2. Tipos de apego y su impacto a futuro

Como se ha mencionado previamente, a raíz de varios estudios y gracias a las aportaciones de diferentes autores, se ha dado nombre a cuatro estilos principales de apego. Dependiendo de las interacciones de los más pequeños con sus cuidados y la calidad de estas, se logra el desarrollo de lazos emocionales variados que condicionan la regulación emocional de los niños y el cómo estos establecen relaciones con los demás.

Estos estilos, no quedan únicamente reflejados en la etapa de la niñez, si no que tienen grandes repercusiones en la personalidad del adulto, una vez crece, y en como este se relaciona con los demás, en sus amistades, relaciones de pareja, en su salud mental, en su capacidad comunicativa y sobre todo en su forma de verse a sí mismo. **(Mikulincer y Shaver, 2007)**. Estudios como el de **Waters et al., (2000)**, afirman que existe una continuidad entre el apego en la infancia y en la adultez. Esto no implica que las experiencias vividas durante el resto de la vida no logren modificar el estilo de apego inicial.

⇒ Apego seguro

Este primer tipo de apego se da en contextos donde los cuidadores destacan por ser sensibles, empáticos y receptivos en cuanto a las necesidades de los más pequeños. Quienes crecen en este estilo de apego, su base segura son sus cuidadores más próximos. Mediante ellos, son capaces de lograr examinar el entorno. Sienten confianza en ellos y viven con la certeza de que no van a ser decepcionados por ellos.

Tal y como segundan **Grossmann et al. (2019)** con el tiempo, estos niños suelen crear una imagen tanto de sí mismos como de los demás bastante positiva. Esto hace que las relaciones que construyan sean sanas y adecuadas. Además de tener una autoestima alta, tienden a tener una buena regulación emocional a lo largo de la adultez.

Los niños criados mediante este estilo de apego, al crecer, son capaces de tener relaciones estables, en las cuales la confianza y el respeto destacan como cualidades. Logran afrontar los pequeños conflictos de una manera adecuada además de no reprimir sus emociones. Sumado a ello, los adultos que han crecido en un entorno con estas cualidades muestran una salud mental bastante mejor. **(Mikulincer y Shaver, 2007)**.

⇒ Apego evitativo

En este segundo caso, los niños conocen la situación en la que se encuentran y saben que no pueden contar con sus cuidadores. En este estilo, al separarse de ellos, no muestran ningún signo de pena, lo cual en ocasiones se puede confundir con seguridad en ellos mismos, pero esa sensación suele generar altos niveles de sufrimiento. Crecen sin sentirse queridos y evitando tanto el mostrar afecto como el recibirlo.

Como aseguran autores como **Mikulincer y Shaver, (2007)** o **Cassidy y Berlin, (1994)** este estilo se debe a que los cuidadores hacen de menos o ignoran las emociones de los pequeños, lo cual hace que, al intentar protegerse de más malestar, eviten expresar sus emociones.

Los adultos que han crecido en este estilo de apego tienden a buscar la independencia tanto en su día a día como en el ámbito emocional, dado que no les es fácil expresar sus emociones. Como aseguran **Fraley y Shaver (2000)** o **Dozier et al., (2008)** en sus respectivos estudios, suelen distinguirse por ser personas distantes y ariscos, tienden a estar desconectados e insatisfechos en sus relaciones.

⇒ Apego ambivalente

En el apego ambivalente o también llamado ansioso, a los niños la separación también les genera malestar, pero estos en cambio, en el reencuentro con los cuidadores tienen una sensación dudosa entre el lograr el consuelo o el rechazo hacia ellos. Esto, tal y como afirman **Ainsworth et al., (1978)** se debe a que los cuidadores tienen una forma muy irregular de

atender las necesidades del menor. Es por ello por lo que el menor no logra sentir la confianza de que sus necesidades serán cubiertas en todo momento.

Los autores **Mikulincer y Shaver, (2007)** aseguran que, al llegar a la vida adulta, estas personas viven buscando afecto de forma constante y ansiosa. Permanecen con miedo al ser abandonados y tiene una gran dependencia emocional. Además, desarrollan una sensibilidad extrema al rechazo y viven dependido de la valoración positiva por parte de los demás. Todo esto hace que las relaciones que construyen no sean estables. Además, sienten celos de forma constante y mucha dependencia hacia otras personas. Esto provoca que la estabilidad emocional de estas personas no sea la adecuada y suelen sufrir problemas de salud mental tales como ansiedad o depresión.

⇒ Apego desorganizado

Como se ha mencionado con anterioridad, este tipo de apego fue identificado posteriormente por **Main y Solomon (1990)**. Dieron nombre a un estilo nuevo, dado que lograron ver ciertas actitudes que no correspondían a ninguno de los ya mencionados previamente. Los niños que se encuentran dentro de este grupo, con un estilo de apego desorganizado, tienen comportamientos no muy deseados hacia sus figuras de apego, dado que son conflictivas, inseguras y desorganizadas. Esto se logra observar cuando los menores se acercan a ello, pero evitan el contacto ya sea visual o físico con el adulto. Estas actitudes se atribuyen a entornos donde el abuso o actos negligentes están presentes, dado que la figura de apego proporciona consuelo, pero también miedo (**Lyons-Ruth y Jacobvitz, 2008**).

Cuando crecen estos niños, al igual que en casos anteriores, desarrollan problemas para la regulación de las emociones y estos, además, tienen más riesgo de padecer algún trastorno mental (Lyons-Ruth y Jacobvitz, 2008). Liotti (2004) a su vez asegura que, en la adultez, este tipo de apego provoca construir relaciones desestructuradas y en las que la desconfianza destaca por encima de cualquier otra cualidad.

3.3. Factores que influyen en el desarrollo del apego

El apego se desarrolla de forma paulatina desde el momento en el que el bebé nace. Es un proceso complejo en el influyen una diversa variedad de elementos de carácter individual y contextual.

En un principio, el apego estaba visto como algo instintivo por parte del menor para estar cerca de las personas que le cuidaban. A pesar de ello, se ha demostrado que el apego en los más pequeños se desarrolla mediante factores tanto emocionales como ambientales. Todos ellos modifican la naturaleza de vínculos formados por el niño con sus cuidadores y establecen el estilo de apego en el que crecerá. Además, este también condiciona las relaciones que mantendrá el niño en el futuro. Entre todos los factores que influyen en el desarrollo del apego, destacan la sensibilidad materna y el contexto socioeconómico.

La sensibilidad materna es uno de los factores más estudiados. Esta se refiere a la implicación con la que resuelve y atiende las necesidades del niño el cuidador, normalmente protagonizando esta figura la madre. Esto no quiere decir a como atienda las necesidades básicas del niño para poder crecer, si no que requiere una relación e implicación por parte del cuidador mediante la cual el niño se sienta comprendido, atendido y protegido. Cuando esto

ocurre, la confianza del niño no se queda únicamente dentro de su círculo seguro, si no que se extrapola a las relaciones que mantiene con los demás.

Sin embargo, todo ello no solo depende del niño, sino que también entran en juego factores por parte del cuidado, entre ellos, su salud mental. Dado que, si el adulto experimenta cuadros de estrés o depresión, la forma en la que responde hacia las necesidades del menor no será la adecuada, puesto que un adulto que no está emocionalmente estable puede llegar a generar en el menor sensaciones tales como la inseguridad o la desconfianza. En estudios como en el de **Booth et al., (2019)** se puede observar cómo los adultos que desde niños han estado inmersos en un apego inseguro, tienden a repetir esos patrones con sus hijos a no ser que hayan buscado ayuda para trabajar ciertas conductas y evitar así continuar con ello en la crianza de sus hijos.

El segundo factor determinante de ello es el contexto socioeconómico en el que el menor crece. Los diversos problemas que surjan de este contexto y que pueden repercutir de forma negativa no solamente a la salud física del menor, sino que también a sus aspectos emocionales, son: la posible falta de estabilidad laboral de los cuidadores, lo cual significa que los ingresos pueden ser escasos, variables y no seguros; la alimentación, dado que pueden carecer de una dieta recomendada para el crecimiento saludable del menor; por último, el disponer de una vivienda digna. Por todo ello, la dificultad de construir vínculos afectivos en un entorno social es muy notable, lo cual genera una carencia seria en cuanto a redes de apoyo.

Todo esto, hace que el apego creado no sea especialmente seguro. Estaríamos ante el evitativo, dado que el niño crece sin identificar ni mostrar sus emociones. Hay que añadir que tal y como indican **Booth et al. (2019)**, los factores externos tales como el entorno, ya sea económico, social o familiar, afectan de forma significativa en cómo se desenvuelve el niño en

su contexto más próximo y cómo son las relaciones que construye en él, especialmente con sus cuidadores.

En resumen, el apego se va formando mediante múltiples influencias, destacando en entre ellas la relación que el niño llega a establecer con sus figuras de apego, el entorno y el ambiente en el que crece, sobre todo, las experiencias emocionales que vive durante sus primeros años vida. Entender todos estos factores es primordial para evitar problemas emocionales y actitudinales.

3.4. Conclusión

En conclusión, hay que ver el apego como ese primer vínculo de carácter afectivo, creado entre el menor y sus cuidadores, que deja una huella emocional no solo durante los primeros años de vida, si no que va más allá de esta primera etapa. Los 4 estilos diferentes de apego, que varían en gran medida en sensibilidad y coherencia, que aporta el adulto a la hora de dar respuesta a las necesidades del niño, tiene una gran influencia en como ese niño al crecer se relaciona en la edad adulta. Siendo ejemplo de ello, las personas que han crecido en un entorno afectivo y seguro suelen construir relaciones sanas además de confiar tanto en los demás como en sí mismas. Por el lado contrario, los que han crecido en estilos como el evitativo, ambivalente o desorganizado, tienden a ser adultos con más dificultades no solo a la hora de expresar afecto, sino que también al establecer vínculos duraderos. Es por todo ello por lo que, a pesar de su valor teórico, la teoría del apego debe ser una guía para la intervención familiar, procurando asegurar así, relaciones tempranas que favorezcan tanto la seguridad emocional como el desarrollo de adultos emocionalmente estables que sean capaces de establecer vínculos sanos.

4. La separación parental y su impacto en el desarrollo infantil

Uno de los eventos que más genera impacto en la vida de los niños es la separación de los padres, haciendo de este un momento significativo e identificable a lo largo del ciclo de vida de la persona. No consiste solo en un cambio dentro de la estructura familiar, sino que también es un evento con profundas implicaciones en las relaciones afectivas y el desarrollo y bienestar emocional del niño. Este apartado se centrará en entender cómo la ruptura familiar se constituye en un acontecimiento estresante y potencialmente desestabilizadora, y cuáles son las consecuencias que tiene sobre las relaciones padre-hijo o madre-hijo, como también sobre la salud mental y emocional del menor.

4.1.- la ruptura familiar como evento estresante en la familia

La separación parental es considerada un evento potencialmente traumático con afecciones negativas en los niños a nivel emocional, conductual, académico y social **(Lansford, 2009)**. El impacto emocional de este acontecimiento en la fase temprana, posterior a la ruptura, se ve reflejado en el menor con síntomas temporales tales como ansiedad, cambios de humor y comportamiento, tristeza, entre otros. En algunos casos, el niño logra adaptarse con el tiempo, aunque entre un 20% y 25% puede mantener estas conductas a largo plazo **(Amato y Keith, 1991)**.

Un estudio realizado por Hetherington, con más de 1.400 familias, demostró cómo este 20-25% de los niños de familias divorciadas tienen problemas de ansiedad y depresión, persistentes durante años; frente a un 75-80% que lograron un ajuste adecuado pasado un tiempo **(New Yorker, 2002)**. **Lansford (2009)** realizó un seguimiento sobre 17.414 personas a lo largo de 16 años, desde los 7 hasta los 23 años, demostrando cómo la proporción de adultos

que vivieron la separación parental aumenta en puntuación clínica del 8% al 11%. Si bien la mayoría de los niños no demuestran tener un desarrollo de problemas graves en la edad adulta, este es un dato estadísticamente significativo.

Otro factor importante para tener en cuenta es la edad que tiene el niño al momento de la ruptura. En las edades más tempranas suelen presentar desorientación e inquietud por la pérdida de rutina a la que se enfrentan. En la etapa de adolescencia desarrollan sentimientos de culpabilidad y resentimiento, llevando en ocasiones a bajar su estado de ánimo. **Lansford (2009)** enfatiza que después del divorcio de sus padres, los niños pueden somatizar sus sentimientos de manera interna (internalizing), desarrollando depresión o ansiedad, y externa (externalizing), con niveles elevados de agresividad o menor rendimiento académico.

Estos efectos se ven modulados mediante la magnitud del conflicto parental. Una separación que conlleva problemas en la comunicación con el niño o discusiones por su custodia tendrá efectos negativos más profundos. **Johnston, (1994)** indican que los niños expuestos a altos niveles de conflicto al año o dos años de la separación de sus padres suelen presentar síntomas clínicos más complejos frente a aquellos que vivieron una ruptura tranquila. El involucramiento del menor en las disputas puede conllevar a estrés crónico y una sintomatología postraumática.

Citando nuevamente a **Lansford (2009)**, su estudio comparativo entre hijos de familias intactas e hijos de padres separados revela que los comportamientos asociados al bienestar emocional, aunque no varían sustancialmente entre ellos, sí tienden a permanecer de forma prolongada. Esto se ve condicionado por el bajo nivel de apoyo emocional de los padres y sus condiciones socioeconómicas. Hay una correlación entre los ingresos familiares, la sensibilidad materna y el conflicto parental que moderan los efectos que tiene la separación sobre el niño.

Es el caso de hogares donde la separación involucra también bajos niveles de ingresos o insensibilidad por parte de las madres o los padres, causando estrés continuo y, por tanto, problemas emocionales en el hijo.

Sumada a la problemática emocional, investigaciones como la de **Amato y Keith (1991)** hablan también de un déficit en el rendimiento académico, en las relaciones sociales e incluso en la percepción que el niño tiene sobre sí mismo. **Rogers y Pryor (de la revisión Justice Canada, 2004)** mencionan índices como el abandono escolar o dependencia emocional a otros grupos sociales, aunque matizan que no siempre se presentan en todos los casos.

Ahora bien, no todos los niños desarrollan esta pauta de comportamientos. **Hetherington y Stanley-Hagan (1999)** documentaron que entre un 25% a 30% de los hijos de padres separados lograron mantener un desarrollo adecuado e incluso una resiliencia favorable a la hora de afrontar cambios y conflictos personales. En línea con este planteamiento, **Patterson (2002)** habla de cómo algunos niños, gracias a la resiliencia y apoyos eficaces, son capaces de atravesar la separación de sus padres de una manera más adaptativa.

Es así como entendemos que la separación de los padres representa en el niño no solo un evento estresante en el momento inicial del proceso, sino que altera a largo plazo la dimensión emocional, conductual, académica y social, especialmente en aquellos menores que se ven involucrados en conflictos de mayor nivel o en contextos con dificultades socioeconómicas. A pesar de ello, estos procesos no tienen unas pautas cerradas de desarrollo. Por el contrario, son modificables y de ahí la importancia de entender los espacios de intervención que puedan tener este efecto, tales como reducir el nivel de conflicto, sensibilizar emocionalmente el entorno del menor, asegurarle una posición que no lo involucre en las

disputas, etcétera. Esto puede mitigar el impacto de la separación y ayudar a que el niño tenga un desarrollo más saludable.

4.2 Cambios en la relación padre-hijo y madre-hijo tras la separación

La separación de los padres no solo produce transformaciones a nivel legal o estructural en la familia. Es también desencadenante de problemas en los vínculos afectivos entre los padres y los hijos. Aunque cada caso es particular, muchos de ellos, sobre todo aquellos con una ruptura conflictiva, producen desequilibrios en las relaciones de los menores con sus padres o cuidadores. Es, por ejemplo, el conflicto producto de no llegar a un acuerdo claro en la coparentalidad. Es así como se evidencian ciertos patrones comunes que permiten entender cómo se modifican o alteran las dinámicas afectivas en las familias tras la separación.

Partimos del propio concepto de coparentalidad, definido como la manera en la que los padres continúan ejerciendo su rol en la crianza y cuidado del niño tras la ruptura. Esta puede ser cooperativa, conflictiva o paralela; que de igual manera influyen en el bienestar emocional del hijo. Una coparentalidad cooperativa, basada en la comunicación, la colaboración en la crianza y el respeto mutuo no solo minimiza los efectos del conflicto, sino que también permiten crear un ambiente de mayor bienestar para el niño, presentando una mayor estabilidad emocional **(Teubert & Pinquart, 2010)**. En contraparte, aquellas coparentalidades que se producen en un contexto conflictivo, de discusión constante y falta de entendimiento mutuo, generan una desvinculación del hijo frente a una o ambas figuras paternas. Esto genera no solo una relación inestable padres-hijos, sino que también afecta el desarrollo emocional y social del menor **(Sandler et al., 2008)**.

Uno de los elementos que más altera la rutina del menor es la reorganización del tiempo que pasan cada uno de los padres con los hijos. En su mayoría, las coparentalidades contienen una figura de cuidador principal – generalmente la madre – y una figura de contacto más limitado. Sumado a ello, si no se fomenta de manera activa la participación de este progenitor, puede desencadenar una disminución del vínculo emocional entre el padre no custodio y el niño. Se entiende que este tiempo no solo consiste en compartir un espacio físico, sino la calidad de la relación medida en el nivel de implicación que tiene el padre en la vida del menor. Estudios como el de **Reuven-Krispin (2021)** demuestran que la cantidad de tiempo no determina el vínculo afectivo, sino la calidad de la relación y el compromiso emocional, de manera constante a largo plazo.

Por otro lado, dependiendo del grado de conflicto durante la ruptura, la relación con ambos padres puede verse afectada de diferente manera. Un contacto constante con ambos padres es saludable desde que sea en un entorno de estabilidad y respeto. No obstante, este mismo contacto en un ambiente con altos niveles de tensión o estrés puede desarrollar ansiedad en el menor (**Lamb, 1994**). Los conflictos constantes entre los padres pueden generar sentimientos de lealtades divididas en el niño e incluso llegar a asumir el papel como responsables emocionalmente de lo que ocurre con los adultos, interfiriendo en su desarrollo psicológico y social.

Algunos estudios hacen hincapié en la importancia de gestionar la ruptura de una manera colaborativa, cobrando por tanto vital importancia la custodia compartida. Esta no solo puede promover un desarrollo emocional más equilibrado en el niño, sino que además permite mantener vínculos estables con ambos padres, aún en los casos donde los conflictos entre ellos

puedan persistir. Esto se debe a que, desde la perspectiva del menor, ambos padres están presentes emocionalmente y, por tanto, su bienestar no se ve afectado (**Warshak, 2017**).

Esto no quiere decir que los efectos de la separación no puedan ser modificados. Estudios longitudinales, como el de **Van Spijker et al. (2022)**, prueban que, pasado el tiempo, hay casos donde los padres logran recuperar y fortalecer el vínculo con sus hijos tras la separación, en parte gracias a los acuerdos a los que se llegan y los bajos niveles de conflictividad. Desde esta óptica más optimista, los cambios familiares pueden ser abordados desde la prevención y el acompañamiento profesional en favor del bienestar en los vínculos.

Es así como entendemos que las consecuencias de la ruptura en el vínculo padres-hijos no están ligadas exclusivamente a la ruptura de los padres en sí, sino que implica la forma en la que es llevado este proceso. Es decir, depende el tipo de coparentalidad que se desarrolla, el tiempo de calidad que pasan los padres con los hijos, los niveles de conflictividad y la calidad emocional del entorno. Estos pueden o palear o dificultar el estado del vínculo afectivo. Todos estos factores nos ayudan a configurar métodos de intervención que puedan ser asertivos a la hora de cuidar la estabilidad emocional del niño y su relación con sus padres, a pesar de los cambios en la convivencia que la separación supone.

4.3 Impacto emocional a medio y largo plazo

La separación de los progenitores, puede ser la causante de gran estrés psicológico para los hijos, llegando incluso a dejar secuelas durante largas temporadas en su bienestar emocional, actitud y en la socialización. A pesar de que en ocasiones los niños logran remediar y sanar esas heridas, un grupo de personas que sufren esa separación en sus familias, viven con consecuencias negativas en las que la intervención sería necesaria.

Múltiples estudios han logrado ver cómo, los hijos con padres separados tienen más posibilidades de sufrir ansiedad o depresión, así como actitudes negativas y agresivas, en comparación con aquellos que sus progenitores permanecen juntos. (**Amato y Keith, 1991**). Estos dos autores, observaron como existía un crecimiento en el número de niños que presentaban problemas no solo emocionales, sino que también conductuales de un 30%. Además, en un estudio realizado por **Lansford (2009)**, en el que se realizaba un seguimiento desde la infancia hasta la vida adulta, se sacó en conclusión que la separación parental para los niños es motivo de un empeoramiento en la conducta, en el rendimiento escolar y sobre todo en el bien estar psicológico, a pesar de que son resultados que tienden a paliarse con el paso del tiempo con la ayuda de una dinámica familiar positiva.

A pesar de la existencia de diversos estudios, no todas las situaciones son iguales ni todos los niños reaccionan de la misma manera. La revista ***Parets (s.f.)*** afirman como entre el 75-80% de los niños que sufren esta separación en casa exteriorizándolo mediante conductas negativas, son capaces de adaptarse a la nueva situación con el paso del tiempo y solo el 20-25% restante, mantiene esas conductas con el paso del tiempo.

Dos de las variables que pueden influir en gran medida en el desarrollo emocional después de la separación son, por un lado, la dimensión que tenga el conflicto generado entre los padres y el ambiente familiar que se genera una vez la separación ha concluido, es decir, la relación que existe entre los padres, la relación que se mantiene con cada uno de ellos o si existen más figuras de apego mediante las cuales recibir apoyo durante ese proceso. Las consecuencias negativas que conlleva un divorcio se intensifican si entre los progenitores existe un alto nivel de conflicto, sobre todo si los adultos discuten estando los niños presentes o si estos, son utilizados por sus padres como intermediarios. Y es aquí, cuando el impacto en el

ámbito emocional es significativamente más grave, pudiendo ser hasta traumático para los menores (**Feinberg, Kan, y Hetherington, 2007**). Por lo contrario, como destaca **Sushchik (2016)** subrayando la afirmación de **Teubert y Pinquart (2010)** en caso de que ocurra lo contrario, existiendo una coparentalidad en la que la comunicación se da de forma respetuosa, estos efectos negativos disminuyen en gran medida.

Esto último mencionado, se vio de forma clara en el estudio de **Kaczynski et al. (2020)** donde afirmaron que cuando se mantiene una coparentalidad adecuada, en la cual la comunicación, la tolerancia y el respeto son elementos primordiales, los menores crecen con un mejor desarrollo emocional, mayor autoestima y rendimiento académico.

Una vez la separación es real, ambos progenitores pueden seguir siendo parte muy influyente en el bienestar emocional de los niños. Sobre todo, aquel que no dispone de la custodia principal, es decir, el que no convive de forma diaria con el menor. Todo esto, se dará si entre ellos no existe mayor conflicto que la separación, queriendo decir que no discutan de forma frecuente y menos involucrando al niño en la discusión. Además, han de estar presentes no solo de forma física, cuidando al niño, sino también de forma emocional, asegurando así el bien estar de este en todos los ámbitos.

La autora **Reuven-Krispin (2021)**, determino, que lo importante para la relación entre los padres y los hijos una vez llega la separación, no es el número de horas que cada uno pase con el menor, sino la calidad de ese tiempo. Permaneciendo atento y mostrando afecto puede causar un gran impacto positivo para el desarrollo emocional del pequeño.

Las consecuencias que este suceso en la vida adulta, han sido también estudiadas. Algunos estudios como el de **(Lacey et al., 2012)** demuestran como la separación de los progenitores durante la infancia tiene relación con depresiones, ansiedad y dificultad para mantener relaciones afectivas en la adultez.

Refiriéndonos al ámbito educativo, este también puede verse gravemente afectado en consecuencia de la separación. **Bernardi y Radl (2014)**, demostraron como los hijos de padres separados, suelen tener un 7% menos de posibilidades de acceder a estudios superiores que los que viven en una familia intacta.

Otro aspecto con el que se ha de tener cuidado es la salud física. Tal y como se observa en estudio de **Hayward y Gorman, (2004)**, denominado “The long arm of childhood” experiencias con carácter estresante a lo largo de la infancia, en este caso, la separación parental, tiene un gran impacto en el sistema inmunológico.

Todas las consecuencias ciertamente negativas ya mencionas, en la mayoría de las ocasiones pueden ser reducidas con la ayuda de intervenciones específicas. Uno de esos programas para mencionar sería el llamado “*Children of divorce intervention program*”, el cual logra disminuir los problemas de ansiedad y mejorar el rendimiento académico. Otro, sería “*Children’s support grupo*”, este consiguió impulsar la autoestima de los menores, sus habilidades sociales y disminuyó los problemas de conducta.

En conclusión, la separación parental puede llegar a afectar de forma significativa el bienestar emocional del menor incluso pasados los años. Las consecuencias negativas no tienen por qué aparecer de forma inmediata después de la separación. Esto no significa que todos los niños que vivencian la separación de sus progenitores sufrirán las consecuencias negativas.

Mediante una coparentalidad en la que se existe el respeto, cooperen entre ambos y el niño este atendido no solo física, sino que también emocionalmente puede evitar todo lo ya mencionado.

4.4 Factores protectores

Una vez se da la separación parental, existen elementos denominados como factores protectores que pueden ser clave para proteger al menor. Su función es disminuir el margen existente en la aparición de los efectos negativos de la separación (mencionados previamente), asegurando el bienestar emocional del niño. Esos elementos incluyen la relación que existía con los progenitores antes de la separación, la relación con la figura de apego principal y la estabilidad que este aporte, la capacidad de superación y adaptabilidad de cada niño, es decir, la resiliencia y, sobre todo, el apoyo que se encuentre fuera de casa, ya sea en el colegio, en la familia más extensa o incluso mediante la intervención de un profesional.

El primero de ellos, el tener una relación cercana, comunicativa y que no carezca de afecto antes de la separación, crea una base segura para el menor. Continuando con los factores, cuando la figura de apego principal continúa siendo la misma una vez ocurrido el divorcio, también colabora de forma significativa en todo este proceso para el menor. Los menores que siguen mantenido ese apego con al menos uno de los dos progenitores, logran desarrollar una mayor estabilidad emocional. Esto se puede ver en la teoría del apego de **Bowlby (1998)**, ya que mantener un apego seguro les proporciona gestionar de mejor manera tanto el estrés como los cambios en sus vidas.

En tercer lugar, la resiliencia que sea capaz de desarrollar el menor tiene un gran papel en todo este proceso. Tal y como asegura **Masten (2014)**, esta cualidad es una capacidad que viene de la autoestima del niño, la capacidad de gestionar las emociones o de las habilidades

sociales que el menor tenga, ya que cuanto mayor sea el nivel de resiliencia, mejor adaptación tendrá a la separación parental.

Por último, hablar del apoyo social que el niño pueda tener en un círculo más extenso, como puede ser la familia, el colegio o incluso como ya se ha mencionado antes, la atención recibida por un profesional psicológico. **Pedro-Carroll (1997)** puso en marcha un programa llamado *Children of Divorce Intervention Program*, en el cual se ponía en manos de los colegios ayuda psicológica, procurando así disminuir los problemas de ansiedad y mejorar tanto las habilidades sociales como la autoestima de los estudiantes. A su vez, **Barnett et al. (2012)** afirmaron que cuando la crianza es llevada por las madres y las abuelas, los niños tienden a exteriorizar menos problemas de conducta.

4.5 Implicaciones educativas y familiares

Como se ha reseñado anteriormente, la separación de los padres tiene implicaciones en los ámbitos escolares y familiares del niño. Esto implica una mayor consciencia de estos como espacios de actuación en favor de proteger al menor y crear una red de contención emocional. Los educadores juegan un papel fundamental dentro de este contexto. Son capaces de identificar el malestar del niño y crear estrategias de intervención familiar. Es por ello por lo que vale la pena analizar su rol dentro de este proceso.

El entorno escolar es uno de los espacios más influyentes en el desarrollo de los niños, después de su familia. Un docente con formación puede llegar a reconocer las señales en un niño con estrés como consecuencia de la separación de sus padres. Estas pueden ser: una baja en el rendimiento académico, dificultades para prestar atención, cambios en la conducta o retraimiento, entre otros. Pueden ser capaces de ser los primeros en detectar este tipo de malestar

emocional en el niño (**Atilas, Oliver y Brosi, 2017**). Según el estudio de **Mahony y Felton (2021)**, los maestros que logran implementar de manera eficaz estrategias de detección y actuación de estos comportamientos pueden conseguir aliviar en las primeras etapas del problema las tribulaciones emocionales que pueda tener el alumno antes de que se intensifiquen y se vuelvan crónicas. De ahí, la importancia de una buena formación docente que fortalezca habilidades como la observación y la comunicación para tener las herramientas necesarias a la hora de intervenir.

Junto con esta intervención escolar, se deben implementar estrategias de intervención familiar que permitan tanto un mayor acercamiento en la mediación con los padres, como prestar atención también al factor educativo del niño.

Una mediación parental estructurada centra su atención en el bienestar del menor. Esta permite llegar a acuerdos de colaboración que, si además se ven acompañados por psicólogos o educadores, logran reducir los niveles de conflictividad, mejorar la comunicación de ambas partes y beneficiar la estabilidad emocional del niño (**Mahony y Fenton, 2021**). Asimismo, la orientación familiar no solo está enfocada en el niño, sino que también ofrece apoyo a los padres mediante intervenciones breves de formación psicoemocional. Un estudio demostró que este tipo de intervenciones mejoraron las habilidades de progenitores separados en la disminución de los indicadores de malestar infantil en un 36% (**Novo et. al, 2019**).

Dentro de estas estrategias también destaca el trabajo emocional con el niño mediante programas de habilidades socioemocionales (SEL por sus siglas en inglés). Según el estudio de **Stathakos y Röhrle (2003)**, este tipo de intervención llevado de la mano de psicopedagogos y docentes mostró resultados favorables en la mejora de la autoestima, la regulación emocional

y la comunicación entre padres e hijos. La comunicación en este vínculo padre-hijo es un elemento vital dentro de la estrategia de fomento de una relación sana y afectiva con ambos progenitores. Es muy importante para el niño establecer un vínculo significativo con cada uno de sus padres. Para ello se propone realizar actividades conjuntas como lecturas, juegos, manualidades, ayuda en el ámbito académico, que fortalezcan la seguridad emocional en sí mismo y en su entorno, especialmente su núcleo principal que es su familia. Como ya se había mencionado anteriormente, este es un pilar base en la teoría de que el tiempo de calidad es más determinante que la cantidad de este, no solo al momento de la separación sino en general para la construcción del vínculo afectivo padre-hijo.

Ahora bien, el trabajo de estas tres dimensiones, detección, intervención y fomento de los vínculos, tienen un mejor efecto si se articulan de forma coordinada. Se trata de una integración de las intervenciones que tengan un efecto sinérgico. El docente lee las señales y detecta el malestar del niño, derivando así al orientador. Este se encargará de plantear la mediación parental y los talleres SEL para la familia y el niño. En consecuencia, el menor se ve envuelto en un entorno donde, desde múltiples frentes, se proteja y acompañe coherentemente en el proceso de separación de sus padres.

Reflexiones finales

El análisis presentado en este trabajo ha permitido profundizar en el rol vital que cumple la relación parental en la etapa infantil como un factor determinante del desarrollo socioemocional de los individuos. Mediante una revisión teórica y documental de diversas fuentes, se demuestra cómo los vínculos afectivos en edades tempranas entre los padres y los hijos constituyen la base de la construcción de áreas emocionales como la autoestima, la empatía, la regulación emocional, las habilidades de interacción social y la capacidad de establecer vínculos estables y saludables a lo largo de la vida.

Uno de los primeros elementos a destacar es la relevancia (que pocas veces damos) de la continuidad e implicaciones que tienen las experiencias emocionales vividas durante la infancia en la construcción de la identidad y, por ende, el comportamiento y la conducta en la vida adulta. Esto se ve reflejado en los modelos de apego, contruidos a partir de esa relación primigenia de la vida con los padres y la familia. Estos se constituyen como esquemas o guías internas que condicionan los comportamientos y expectativas que se tienen de las relaciones interpersonales a futuro. Un niño criado en un contexto estable y afectivo logra desarrollar ciertas habilidades que le permiten establecer vínculos sociales saludables, tener más seguridad en sí mismo, gestionar adecuadamente sus emociones y tener confianza en quienes lo rodean. Contrario a esto, aquellos menores que han vivido situaciones de negligencia emocional, de una crianza autoritaria o de inestabilidad, pueden llegar a desarrollar baja autoestima, dificultades en la vida social y afectiva, e inseguridad emocional en su vida adulta.

Esto lleva a plantear el segundo punto de estas conclusiones, y es la importancia del enfoque educativo, sobre todo en la etapa de Educación de Infantil. El entorno escolar es el segundo espacio de mayor sociabilización para el niño, después del hogar. Esto implica una

responsabilidad en la formación del docente para desarrollar capacidades de reconocimiento de diversidad emocional del alumnado e implementar estrategias que fomenten la seguridad afectiva en el aula. No obstante, esta actuación no es efectiva por si sola, sino que debe ir de la mano de la esfera familiar para acompañar adecuadamente el desarrollo socioemocional de los niños.

Desde un punto de vista más crítico, es importante destacar que, a pesar del incremento en la preocupación y atención al bienestar emocional durante la infancia, la educación de los docentes todavía parece ser insuficiente en asuntos vinculados a la inteligencia y el acompañamiento emocional desde una perspectiva educativa. Esto a menudo obstaculiza no solo la identificación oportuna de las señales de malestar emocional en los alumnos, sino también la capacidad de intervención. En consecuencia, contamos con ambientes educativos que no tienen conciencia sobre las necesidades emocionales del niño.

Sumado a esto, aún es frecuente observar contextos familiares con valores de crianza y modelos de vida que son poco respetuosos con el desarrollo emocional de sus integrantes y, sobre todo, de los menores. Esto no se debe exclusivamente a una falta de interés, ya que está también relacionado con una falta de información, conocimiento, recursos o redes de apoyo. Por lo tanto, es fundamental robustecer programas que aborden la orientación familiar y la educación emocional en todos los ámbitos del niño, no únicamente en el contexto escolar. La familia debe actuar como un agente proactivo en el desarrollo del menor y su participación en ámbitos de sociabilización de una manera asertiva y saludable.

En cuanto a las fuentes utilizadas, a pesar de contener una base teórica amplia y bien fundamentada en investigaciones de diversa naturaleza, es evidente que hay una limitación de

estudios longitudinales que aborden ciertos contextos culturales y sociales específicos. Entendemos que los conceptos expuestos a grandes rasgos no siempre se adecuan a las circunstancias de todos los casos, puesto que cada niño atraviesa un proceso de crecimiento y desarrollo único. Sin embargo, este tipo de acercamientos podría abrir más el abanico de realidades a analizar y, por tanto, brindar mayores herramientas a la hora de entender el impacto que generan las relaciones familiares a largo plazo, sobre todo la de los padres. Por este motivo, sería importante proseguir con la labor investigativa teniendo en cuenta factores como el contexto socioeconómico familiar, las nuevas formas de parentalidad, cambios en la estructura familiar y las experiencias propias de la infancia desde la perspectiva del menor.

Todo esto debe ser entendido dentro del marco variable de las relaciones interpersonales. Los vínculos parentales no son inmutables. A pesar de que las experiencias vividas en las etapas tempranas del desarrollo marcan en gran manera el comportamiento individual, las personas cuentan con la capacidad de modificar y reaprender ciertas pautas de conducta y formas de vinculación interpersonal. Esto puede ser gracias a un acompañamiento terapéutico, a la revisión personal de las relaciones al interior de la familia, a la participación en espacios de sociabilización diversos que promuevan experiencias reparadoras, entre otros. El apego temprano, contando con las consecuencias en el comportamiento que cada tipo tiene sobre el niño, no determinan de forma absoluta el desarrollo emocional de una persona.

Abordar estos conceptos desde el ámbito docente es fundamental, promoviendo programas educativos que fomenten el desarrollo de la inteligencia emocional, la regulación de emociones, el conocimiento de diversas habilidades sociales y la consciencia de un entorno donde puedan ser empáticos y compasivos. Un ejemplo de una actividad a implementar en el aula es el mencionado “rincón de las emociones”. Una práctica sencilla, pero que puede ser eficaz a la

hora de enseñar al niño herramientas que le permitan construir y entender sus vínculos emocionales.

En definitiva, entendemos que las relaciones parentales son el punto de partida y la base del entramado emocional del niño. Es por esto por lo que atender y comprender los vínculos familiares desde una perspectiva educativa brinda las herramientas necesarias para acompañar al niño en su desarrollo emocional y social de una manera saludable. Tanto en el ámbito escolar como en el familiar se debe ser conscientes de la responsabilidad compartida que tienen en cuanto a la creación de entornos seguros, afectivos y disponibles emocionalmente, no solo para incentivar un aprendizaje académico, sino también un desarrollo personal que les permita construir vínculos desde el respeto, la confianza y la empatía.

Referencias bibliográficas

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum. Recuperado de (2025): <https://mindsplain.com/wp-content/uploads/2021/01/Ainsworth-Patterns-of-Attachment.pdf>
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26–46. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/21322478_Parental_Divorce_and_the_Well-Being_of_Children_A_Meta-Analysis
- Atiles, J. T., Oliver, M. I., & Brosi, M. (2017). *Preservice teachers' understanding of children of divorced families*. *Educational Research Quarterly*, 40(3), 25–38. Recuperado de (2025): <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1166648.pdf> files.eric.ed.gov
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. General Learning Press. Recuperado de (2025): https://www.asecib.ase.ro/mps/Bandura_SocialLearningTheory.pdf
- Baumrind, D. (1967). Childcare practices anteceding three patterns of preschool behavior. *Genetic Psychology Monographs*, 75(1), 162–173. Recuperado de (2025): <https://img3.reoveme.com/m/8fea8f4067e8196d.pdf>
- Bernardi, F., & Radl, J. (2014). The long-term consequences of parental divorce for children's educational attainment. *Demographic Research*, 30 (61), 1653–1680. Recuperado de (2025): <https://www.demographic-research.org/articles/volume/30/61>
- Booth, A. T., Macdonald, J. A., & Youssef, G. J. (2018). Contextual Stress and Maternal Sensitivity: A Meta-Analytic Review of Stress Associations with the Maternal Behavior

- Q-Sort in Observational Studies. *Developmental Review*. Recuperado de (2025):
<https://arxiv.org/pdf/1908.09968>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Volume I. Attachment*. New York: Basic Books.
 Recuperado de (2025): https://mindsplain.com/wp-content/uploads/2020/08/ATTACHMENT_AND_LOSS_VOLUME_I_ATTACHMENT.pdf
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books. Recuperado de (2025): <https://books.google.es/books?id=CoKpgqpF78QC>
- Bowlby, J. (2017). *A secure base. Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. Basic Books. Recuperado de (2025): [https://www.increaseproject.eu/images/DOWNLOADS/IO2/HU/CURR_M4-A13_Bowlby_\(EN-only\)_20170920_HU_final.pdf](https://www.increaseproject.eu/images/DOWNLOADS/IO2/HU/CURR_M4-A13_Bowlby_(EN-only)_20170920_HU_final.pdf)
- Braz, A. C., Cômodo, C. N., Del Prette, Z., Del Prette, A., & Fontaine, A. M. G. (2013). Habilidades sociales e intergeneracionalidad en las relaciones familiares. *Apuntes de Psicología*, 31(1), 77–84. Recuperado de (2025):
<https://apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/305>
- Barnett, M. A., Scaramella, L. V., McGoron, L., & Callahan, K. (2012). *Coparenting cooperation and child adjustment in low-income mother–grandmother and mother–father families*. Family Science. Recuperado de (2025):
https://www.researchgate.net/publication/254289732_Coparenting_cooperation_and_child_adjustment_in_low-income_mother-grandmother_and_mother-father_families
- Bretherton, I., & Munholland, K. A. (2008). Internal working models in attachment relationships: Elaborating a central construct in attachment theory. En J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, New

- York: Guilford Press (2ª ed.), 102–127. Recuperado de (2025): <https://www.researchgate.net/publication/232570396>
- Broadwell, L. (2025). *Age-by-age guide to what children understand about divorce*. Parents. Recuperado de <https://www.parents.com/parenting/divorce/coping/age-by-age-guide-to-what-children-understand-about-divorce/>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press. Recuperado de (2025) https://khoerulanwarbk.files.wordpress.com/2015/08/urie_bronfenbrenner_the_ecology_of_human_developbokos-z1.pdf
- Cabrera, N. J., Shannon, J. D., & Tamis-LeMonda, C. S. (2007). Fathers' influence on their children's cognitive and emotional development: From toddlers to pre-K. *Applied Developmental Science*, 11(4), 208–213. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/239870261_Fathers'_Influence_on_Their_Childr_en's_Cognitive_and_Emotional_Development_From_Toddlers_to_Pre-K
- Cassidy, J., & Berlin, L. J. (1994). The insecure/ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development*, 65(4), 971–991. Recuperado de (2025): <https://www.jstor.org/stable/1131298?origin=crossref>
- Consejo de Europa. (2006). *Recomendación Rec(2006)19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre políticas de apoyo al ejercicio positivo de la parentalidad*. Dirección General de Servicios para la Ciudadanía. Accesible en (2025): https://www.dsca.gob.es/sites/default/files/derechos-sociales/recomendacion_0.pdf

- Dalmases Clemente, A. (2018, 7 de septiembre). *La situación extraña: una técnica para evaluar el apego infantil*. Psicología y Mente. Accesible en (2025): <https://psicologiaymente.com/desarrollo/situacion-extrana-tecnica-evaluar-apego-infantil>
- Denham, S. A. (2006). Social-emotional competence as support for school readiness: What is it and how do we assess it? *Early Education and Development*, 17(1), 57–89. Recuperado de (2025): https://doi.org/10.1207/s15566935eed1701_4
- Denham, S. A., Wyatt, T. M., Bassett, H. H., Echeverria, D., & Knox, S. S. (2009). Assessing social-emotional development in children from a longitudinal perspective. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 63(Suppl 1), i37–i52. Recuperado de (2025): <https://doi.org/10.1136/jech.2007.070797>
- Dozier, M., Stovall-McClough, K. C., & Albus, K. E. (2008). Attachment and psychopathology in adulthood. J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 2.ªed. The Guilford Press. 718–744. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/232424826_Attachment_and_psychopathology_in_adulthood
- Eisenberg, N., & Mussen, P. H. (1989). *The roots of prosocial behavior in children*. Cambridge University Press. Accesible en (2025): https://assets.cambridge.org/97805213/37717/frontmatter/9780521337717_frontmatter.pdf
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. W.W. Norton & Company. Recuperado de (2025) <https://archive.org/details/dli.ernet.19961>
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132–154. Recuperado de (2025): https://drrebeccajorgensen.com/wp-content/uploads/2012/10/Fraley_2000_Adult-romantic-attachment.pdf

- Feinberg, M. E., Kan, M. L., & Hetherington, E. M. (2007). The longitudinal influence of coparenting conflict on parental negativity and adolescent maladjustment. *Journal of Family Psychology*, 21(3), 571–580. <https://www.researchgate.net/publication/51602090>
- García-Linares, M. C., Casanova-Arias, P. F., & Martínez-López, Z. (2015). ¿Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo de la inteligencia emocional de los hijos? *Ansiedad y Estrés*, 21(1), 1–10. Recuperado de (2025): https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2015000100007
- Gastello Mathews, W. (2024). Relación parental y rendimiento académico de un grupo de estudiantes de primaria en una escuela pública en Lima, Perú. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 24(3), 1-34. Recuperado de (2025): https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-47032024000300098
- Gross, J. J. (2003). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. Recuperado de (2025): <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Grossmann, K., & Grossmann, K. E. (2019). *The impact of attachment to mother and father and sensitive support of exploration at an early age on children's psychosocial development through young adulthood*. Encyclopedia on Early Childhood Development. Recuperado de (2025): <https://www.child-encyclopedia.com/pdf/expert/attachment/according-experts/impact-attachment-mother-and-father-and-sensitive-support-exploration>
- Hammond, S. I., & Brownell, C. A. (2015). *Prosocial development across the lifespan*. En R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology and developmental science* (Vol. 3). Wiley. Disponible

en: https://www.researchgate.net/publication/289572252_Prosocial_Development_Across_the_Lifespan

Hastings, P. D., Zahn-Waxler, C., Usher, B., Robinson, J., & Bridges, D. (2000). *The development of concern for others in children with behavior problems*. *Developmental Psychology*, 36(5), 531–546. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.36.5.531>. Recuperado de <https://scispace.com/pdf/the-development-of-concern-for-others-in-children-with-43bkjptyp4.pdf>

Hayward, M. D., & Gorman, B. K. (2004). The long arm of childhood: The influence of early-life social conditions on men's mortality. *Demography*, 41(1), 87–107. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/8627967_The_Long_Arm_of_Childhood_The_Influence_of_Early-Life_Social_Conditions_on_Men's_Mortality

Hoffman, M. L. (2000). *Empathy and moral development: Implications for caring and justice*. Cambridge University Press. Accesible en (2025): https://www.researchgate.net/publication/287443929_Empathy_and_Moral_Development_Implications_for_Caring_and_Justice

Johnston, J. R. (1994). High-conflict divorce. *The Future of Children*, 4(1), 165–182. https://www.researchgate.net/publication/15277513_High-Conflict_Divorce

Justice Canada. (2002). The association between components of divorce and children's adjustment: An Overview of the Risks and Protectors for Children of Separation and Divorce. Accesible en (2025): https://www.justice.gc.ca/eng/rp-pr/fl-lf/divorce/2002_2/p3.html

Kaczynski, K. J., Lindahl, K. M., Malik, N. M., & Laurenceau, J.-P. (2006). Marital conflict, maternal and paternal parenting, and child adjustment: A test of mediation and moderation.

- Journal of Family Psychology*, 20(2), 199–208. Recuperado de (2025):
https://www.researchgate.net/publication/7027439_Marital_conflict_maternal_and_paternal_parenting_and_child_adjustment_A_test_of_mediation_and_moderation
- Lacey, R. E., Bartley, M., Pikhart, H., Stafford, M., & Cable, N. (2012). Parental separation and adult psychological distress: An investigation of material and relational mechanisms. *Longitudinal and Life Course Studies*, 3(3), 359–370. Recuperado de (2025):
<https://www.llcsjournal.org/index.php/llcs/article/view/195/218>
- Lamb, M. E. (1994). The role of the father after divorce. *Future of Children*, 4(1), 210–235. Recuperado de (2025):
https://www.researchgate.net/publication/15277515_The_Role_of_the_Father_after_Divorce
- Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 140–152. Recuperado de (2025):
https://local.psy.miami.edu/faculty/dmessaging/c_c/rsrscs/rdgs/emot/landsford.Perspectives_onPsychologicalScience-2009-Lansford-140-52.pdf
- Liotti, G. (2004). Trauma, dissociation, and disorganized attachment: Three strands of a single braid. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 41(4), 472–486. Recuperado de (2025):
https://www.researchgate.net/publication/232444458_TRAUMA DISSOCIATION AND DISORGANIZED ATTACHMENT THREE STRANDS OF A SINGLE BRAID
- Linda H. Mahony, L. H. & Fenton A. K. (2021) Teachers Supporting Young Children Experiencing Parental Separation and Divorce: A Strengths Approach. *Journal of Divorce & Re-*

marriage. 62(7), 572-595. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/355858240_Teachers_Supporting_Young_Children_Experiencing_Parental_Separation_and_Divorce_A_Strengths_Approach

Lyons-Ruth, K., Bronfman, E., & Parsons, E. (2005). Unresolved states of mind, disorganized attachment relationships, and disrupted interactions of adolescent mothers and their infants. In L. J. Berlin, Y. Ziv, L. Amaya-Jackson, & M. T. Greenberg (Eds.), *Enhancing early attachments: Theory, research, intervention, and policy*. The Guilford Press. 65–90. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/7210497_Unresolved_states_of_mind_disorganized_attachment_relationships_and_disrupted_interactions_of_adolescent_mothers_and_their_infants

Lyons-Ruth, K., & Jacobvitz, D. (2008). Attachment disorganization: Genetic factors, parenting contexts, and developmental transformations from infancy to adulthood. J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*. The Guilford Press. 666–697. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/318876586_Attachment_Disorganization_Genetic_factors_parenting_contexts_and_developmental_transformations_from_infancy_to_adulthood

Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. En M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). University of Chicago Press. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=WzHifiCXE8EC&oi=fnd&pg=PA121&ots=WWvjADyn1m&sig=Xv6Z-pQcFAkEdLzYNBdB4Y6a6lE#v=onepage&q&f=false>

- Masten, A. S. (2011). *Ordinary magic: Resilience processes in development*. Office of Children and Families in the Courts (OCFC). https://ocfcpacourts.us/wp-content/uploads/2020/06/Ordinary_Magic_Resilience_Process_000935.pdf
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press. Recuperado de (2025): https://www.academia.edu/34596672/Attachment_in_Adulthood_Structure_Dynamics_and_Change_Mario_Mikulincer_PhD_Phillip_R_Sha_pdf
- Miller, G. H. (2003). For Better or For Worse: Divorce Reconsidered. *American Journal of Psychiatry*, 160(3), 601-602. Accesible en (2025): <https://psychiatryonline.org/doi/10.1176/appi.ajp.160.3.601-a>
- Naranjo-García, J. E., Reyes-Pérez, V., & de la Roca Chiapas, J. M. (2025). Relación entre las habilidades sociales y la regulación emocional en niños(as) mexicanos. *Wimb Lu Revista de Estudios de Psicología*, 20(1), 1 – 18. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/388649781_Relacion_entre_las_habilidades_sociales_y_la_regulacion_emocional_en_ninosas_mexicanos
- Novo, M., Fariña, F., Seijo, D., Vázquez, M. J., & Arce, R. (2019). Evaluación de los efectos de un programa educativo en los problemas de salud mental en padres separados. *Psicotema*, 31(3), 284–291. Recuperado de (2025): <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/16967>
- Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of Marriage and Family*, 64(2), 349–360. Recuperado de (2025): <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1741-3737.2002.00349.x>
- Pedro-Carroll, J. L. & Jones, S. H. (1997). *Fostering children's resilience after divorce*. Children's Institute. Recuperado de (2025): <https://www.childrensinstitute.net/sites/default/files/documents/children-resilience-chapter.pdf>

- Raznoszczyk de Schejtman, C. (2018). Dimensiones de la parentalidad. Reflexiones e investigaciones actuales. *Anuario de investigaciones*, vol. XXV, 381 – 397. Recuperado de (2025) <https://www.redalyc.org/journal/3691/369162253045/369162253045.pdf>
- Reuven-Krispin, L. (2021). *Consequences of divorce-based father absence during childhood for young adult well-being and romantic relationships*. *Family Relations*, 70(1), 237–252. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/345310812_Consequences_of_Divorce-Based_Father_Absence_During_Childhood_for_Young_Adult_Well-Being_and_Romantic_Relationships
- Rhodes, A., O'Hara, K., Vélez, C. E., & Wolchik, S. A. (2021, febrero). *Interventions to help parents and children through separation and divorce*. *Interventions to help parents and children through separation*. Encyclopedia on Early Childhood Development. Recuperado de (2025): <https://www.child-encyclopedia.com/divorce-and-separation/according-experts/interventions-help-parents-and-children-through-separation>
- Ruano, B. (2023, 10 de febrero). Las 8 etapas del desarrollo psicosocial según Erik Erikson. *Avance Psicólogos*. Recuperado de (2025): <https://www.avancepsicologos.com/desarrollo-psicosocial/>
- Salas Román, N., Alcaide Risoto, M., & Moraleda Ruano, Á. (2023). Desarrollo de habilidades socio-emocionales en el alumnado de educación infantil. *Revista Prisma Social*, (40), 1–20. Recuperado de (2025): <https://revistaprismasocial.es/article/view/4396>
- Sandler, I. N., Miles, J. C., Cookston, J. T., & Braver, S. L. (2008). Effects of father and mother parenting on children's mental health in high- and low-conflict divorces. *Family Court*

- Review*, 46(2), 282–296. Recuperado de (2025): <https://doi.org/10.1111/j.1744-1617.2008.00201.x>
- Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). From Neurons to Neighborhoods. *National Research Council & Institute of Medicine*. Recuperado de (2025): <https://doi.org/10.17226/9824>
- Suclupe Valencia, M. I. (2020). *Habilidades sociales en niños de cinco años en un contexto de crisis por pandemia*. Universidad César Vallejo. Recuperado de (2025): <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/66999>
- Sushchik, A. R. (2016). *Co-parenting children survey: An investigation between separated and intact families*. Smith College School for Social Work. Recupeado de (2025): <https://scholarworks.smith.edu/theses/1731>
- Stathakos, P., & Röhrle, B. (2003). *The Effectiveness of Intervention Programmes for Children of Divorce: A Meta-Analysis*. *International Journal of Mental Health Promotion*, 5(1), 31–37. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/233664406_The_Effectiveness_of_Intervention_Programmes_for_Children_of_Divorce_-_a_Meta-Analysis
- Tadeo-Zurita, F., Rangel, A., Villagómez, D., Reyes Pérez, V. (2022). Regulación emocional y conducta prosocial en niños de 8 a 11 años del estado de Guanajuato. *Jóvenes en la Ciencia*, 16, 1- 7. Accesible en (2025): <https://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/article/view/3758/3251>
- Teubert, D., & Pinquart, M. (2010). The association between coparenting and child adjustment: A meta-analysis. *Parenting: Science and Practice*, 10(4), 286–307. Recuperado de (2025): https://www.researchgate.net/publication/232943863_The_Association_Between_Coparenting_and_Child_Adjustment_A_Meta-Analysis

- Thompson, R. A., & Goodman, M. (2010). Development of emotion regulation: More than meets the eye. A. Kring & D. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology*, The Guilford Press. 38–58. Accesible en (2025): <https://sedlpubs.faculty.ucdavis.edu/wp-content/uploads/sites/192/2015/03/ThompsonGoodman2010.pdf>
- Van Spijker, F., Kalmijn, M., & van Gaalen, R. (2022). The long-term improvement in father–child relationships after divorce. *Demographic Research*, 46, 441–452. Recuperado de (2025): <https://www.demographic-research.org/articles/volume/46/15>
- Vázquez, S. (2021, 9 de diciembre). *Los 4 estilos de crianza de Diana Baumrind: ¿con cuál te identificas?* GoStudent. Recuperado de (2025): <https://insights.gostudent.org/es/diana-baumrind-teoria-estilos-de-crianza#h2.3>
- Warshak, R. A. (2017). After divorce, shared parenting is best for children’s health and development. *STAT News*. Recuperado de (2025): <https://www.statnews.com/2017/05/26/divorce-shared-parenting-children-health/>