



*Universitat  
Abat Oliba CEU*

# **Hiperpaternidad y sobreprotección en la educación actual**

TRABAJO FIN DE GRADO

Autor: Samuel Carmona Jovani

Tutora: Dra. Teresa Pueyo Toquero

Grado en: Educación Primaria

Año: 2022



## DECLARACIÓN

El que suscribe declara que el material de este documento, que ahora presento, es fruto de mi propio trabajo. Cualquier ayuda recibida de otros ha sido citada y reconocida dentro de este documento. Hago esta declaración en el conocimiento de que un incumplimiento de las normas relativas a la presentación de trabajos puede llevar a graves consecuencias. Soy consciente de que el documento no será aceptado a menos que esta declaración haya sido entregada junto al mismo.



Firma: .....

Samuel CARMONA JOVANI

*Con el paso del tiempo, los hijos juzgarán con dureza el abandono que supone haberles mimado, ese haberles ahorrado todo sacrificio, tantas oportunidades de robustecer su voluntad. Por eso es tan importante no confundir lo que es objeto de nuestro cariño con lo que puede ser nuestra perdición. Los padres que por amor ciego, por comodidad o por ingenuidad han procurado satisfacer siempre los caprichos de sus hijos, pronto se encuentran con que no pueden con el caballo que no fue domado cuando era potro. Y lo peor es que entonces los hijos tienen ya edad para advertir el daño que les han hecho sus padres con tanta condescendencia.*

*Por fortuna, también tienen edad entonces para valorar que se les haya educado en el esfuerzo y la exigencia personal, y lo agradecen a sus padres como un gran tesoro que les han dejado.*

ALFONSO AGUILÓ

*La sobreprotección es el maltrato del siglo XXI*

JORDI CABANES



## **Resumen**

En la sociedad actual se ha producido un aumento notable de padres que ponen en práctica un tipo de crianza denominada hiperpaternidad, caracterizada por estar excesivamente pendiente del hijo y ofrecerle el mayor número de recursos para ser exitoso en la sociedad. Este éxito se vincula con las características propias de la sociedad que son el rendimiento y la productividad, vinculadas a la constante actividad e hiperestimulación. Las consecuencias que tiene la hiperpaternidad en los hijos es perjudicial porque no se les permite desarrollarse plenamente. Es por eso que se necesitan plantear unas propuestas claras de mejora que rompan con este tipo de educación.

## **Palabras claves**

Educación – Hiperpaternidad— Sobreprotección – Propuestas – Sociedad
--

## **Resum**

En la societat actual s'ha produït un augment notable de pares que posen en pràctica un tipus de criança denominada hiperpaternitat, caracteritzada per estar excessivament pendent del fill i oferir-li el major nombre de recursos per a ser reeixit en la societat. Aquest èxit es vincula amb les característiques pròpies de la societat que són el rendiment i la productivitat, vinculades a la constant activitat i la hiperestimulació. Les conseqüències que té la hiperpaternitat en els fills és perjudicial perquè no se'ls permet desenvolupar-se plenament. És per això que es necessiten plantejar unes propostes clares de millora que trenquin amb aquesta mena d'educació.

## **Paraules clau**

Educació – Hiperpaternitat – Sobreprotecció – Propostes – Societat
--

## **Abstract**

In today's society, there has been a significant increase in parents implementing a type of parenting called hyperpaternity, characterised by being overly prey to the child and giving it the greatest resources to be successful in society. This success is linked to society's characteristic performance and productivity, linked to constant activity and hyperstimulation. The consequences of hyperpaternity on children are harmful because they are not allowed to develop fully. That is why clear proposals for improvement are needed to break with this kind of education.

**Keywords**

Education – Hiperpaternity – Overprotection – Proposals – Society





# SUMARIO

1. Introducción.....	12
2. Causas.....	14
2.1. La sociedad disciplinaria .....	15
2.2. La sociedad del rendimiento.....	16
2.3. Falta de fines.....	18
2.4. Sociedad del bienestar.....	20
3. Consecuencias .....	24
3.1. Falta de autonomía.....	25
3.2. Centro del mundo y estrés.....	26
3.3. Miedo al fracaso y perfeccionismo .....	28
3.4. Miedo en general .....	29
3.5. Hiperestimulación .....	31
3.6. Aburrimiento.....	34
3.7. Niños débiles y frágiles. Baja tolerancia a la frustración .....	35
3.8. Trastornos en la adolescencia.....	37
4. Propuestas .....	39
4.1. Fomentar su autonomía .....	39
4.2. Permitir el aburrimiento .....	41
4.3. Establecer límites sin miedo a decir <i>no</i> .....	43
4.4. Educar en el error .....	45
4.5. Aplicar una sana desatención.....	46
5. CONCLUSIONES.....	48
6. BIBLIOGRAFÍA.....	50





## 1. Introducción

En 1960, el psiquiatra infantil Foster W. Cline y el pedagogo Jim Fay acuñaron el término de los padres helicóptero cuando descubrieron que algunos padres que tenían en la consulta sobrevolaban a sus hijos todo el rato, como si fuesen helicópteros. Es decir, que entendían que el amor paternal significaba “hacer girar sus vidas alrededor de sus hijos” (Cline & Fay, 2020, p.11) y por eso se dedicaban a protegerlos de cualquier tipo de problema y, a la vez, a tratarlos como pequeños adultos. En los años 90 se dieron cuenta de que este modelo parental había evolucionado. Ahora estos padres se dedicaban a ofrecer a sus hijos un mundo perfecto, haciendo una cantidad ingente de actividades extraescolares, estudiando para conseguir buenas notas, pero al mismo tiempo “escondiendo sus errores debajo de la mesa” (p.12). Es decir, preparándoles un futuro brillante, pero evitando cualquier posibilidad de frustración. Los autores de esta obra incluyeron a los padres helicóptero dentro de un apartado llamado “estilos de crianza ineficaces”.

También Madeline Levine, psicóloga estadounidense, ha estudiado y escrito acerca de los padres helicóptero. Este concepto lo relaciona con aquellas familias que no quieren que sus hijos tengan las mismas carencias que ellas tuvieron y procuran que no les falte nada, sin darse cuenta de que así les están haciendo incapaces de enfrentarse a los problemas y a la frustración (Levine, 2010, *citado en* Gálvez, 2016). Además, Millet (2016) expone que “a Levine la experiencia le ha enseñado que el modelo de crianza basado en una constante atención y grandes expectativas por lo que los hijos hacen, estudian, llevan, tienen o logran, no funciona” (p.10).

Partiendo de esta breve introducción al tema, en esta investigación se van a analizar las causas y las consecuencias de una realidad presente en nuestra sociedad vinculada con la educación de los hijos por parte de los padres. En esta realidad entran en juego distintos elementos que afectan directamente a este modo de educar. Dos de las características a las que nos estamos refiriendo son la hiperpaternidad y la sobreprotección, ambas vinculadas a un modelo de paternidad en la que al hijo se le sitúa en un altar (Millet, 2016), es decir, que los hijos se convierten en el centro de la familia. Para poder ahondar en las dos características mencionadas, es necesario definir y explicar con detalle cada una por separado.

En primer lugar, la hiperpaternidad se entiende como “un tipo de crianza que consiste en estar encima del niño o la niña constantemente, atendiendo o anticipando cada uno de sus deseos, estructurándoles sus jornadas (ocio incluido) y solucionándoles cada

problema que les surja” (Millet, 2016, p.7). Los padres que frecuentan la hiperpaternidad tienen, inconsciente o conscientemente, este objetivo: que sus hijos “estén sobradamente preparados para un futuro que, dada la inversión de tiempo, dinero y esfuerzo, tiene que ser por fuerza brillante” (p.8). La hiperpaternidad responde a una serie de causas, vinculadas con la sociedad en la que vivimos, y supone una serie de consecuencias. Por este motivo, se va a profundizar en todo ello.

En segundo lugar, la sobreprotección consiste en evitar que los hijos se encuentren en situaciones que supongan un reto o exista alguna posibilidad de frustración, inseguridad, etc. Los padres sobreprotectores consideran que son ellos los que deben solucionar los problemas de sus hijos porque entienden que los hijos no son capaces de hacerlo o no quieren asumir el riesgo que puede suponer que ellos lo hagan. Las causas por las que los padres son sobreprotectores son variadas y no todos comparten cada una de ellas. Estos dos elementos - la hiperpaternidad y la sobreprotección - a pesar de ser diferentes, comparten importantes características. De hecho, existen autores que los han clasificado como hiperpaternidad compulsiva y, por otro lado, hiperpaternidad sobreprotectora.

En este trabajo se va a realizar un análisis exhaustivo de la hiperpaternidad, analizando en profundidad sus causas a distintos niveles (social, cultural, demográfico, económico, etc.) y las consecuencias que tiene este tipo de educación en los hijos. De este modo, se podrá ofrecer una visión de lo que implica la hiperpaternidad y ayudar a clarificar sus consecuencias. La hipótesis de esta investigación se centra en que la hiperpaternidad tiene efectos negativos en los hijos y es por eso por lo que, además de este objetivo de análisis de la realidad, se pretende ofrecer también una propuesta de mejora para el íntegro desarrollo del hijo.

El objetivo es realizar un trabajo accesible, no solo para la comunidad universitaria, sino también para padres, educadores y cualquier interesado en la temática. Por ello, se han seleccionado no solo expertos en la materia como por ejemplo psicólogos, pedagogos y psiquiatras que ofrecerán rigor científico, sino también autores del campo de la filosofía, la literatura y del ámbito divulgativo con una visión humanista tan válida y necesaria como la anterior a la hora de hacer el análisis de esta realidad de la sociedad.

## 2. Causas

Para poder realizar un análisis profundo sobre cómo la hiperpaternidad está afectando y puede afectar al crecimiento de la sociedad es necesario empezar por las causas que llevan a que se dé esta manera de actuar. Las causas se dan desde distintos aspectos como el social, económico o el demográfico. Se ha de tener en cuenta que es fruto de un gran número de elementos y por ello sería un error buscar un único factor que lo explique.

El primer aspecto que se va a tratar va a ser el social. Antes de adentrarse en ello, es importante tener en cuenta que la hiperpaternidad y la hiperprotección son “un fenómeno de clases medias-altas, principalmente” (Millet, 2016, p.99). Para realizar el análisis de la sociedad se va a recurrir al filósofo surcoreano Byung-Chul Han. Este filósofo es uno de los autores de mayor prestigio en la actualidad y cuyas publicaciones generan un agitado debate académico. Estudia la sociedad “tardomoderna” (Han, 2012, p.29) en la que surgen la hiperpaternidad y la sobreprotección. Es decir, su objeto de estudio es precisamente, la sociedad en la que, según Millet, se dan los dos fenómenos que son objeto de análisis de este trabajo. Al analizar su estudio acerca de esta sociedad podemos advertir que los males que la aquejan son en muchos casos los mismos que caracterizan a los hiperpadres. Por ello, creemos que el enfoque desde el que el filósofo analiza la sociedad es adecuado para el análisis del presente trabajo.

Este filósofo describe una sociedad con unas características concretas en su libro *La sociedad del cansancio* (2012), y estas son reflejadas, sin mencionarlo explícitamente, en adultos. Es a ellos a los que hace referencia al describir a la sociedad, puesto que habla del rendimiento en el ambiente laboral, la hiperestimulación, la incapacidad de contemplación, la tendencia al llamado *multitasking*, etc. Sin embargo, existe una estrecha relación entre las características que encarnan estos adultos con lo que posteriormente veremos que caracteriza a los padres sobreprotectores o a los hiperpadres.

Es importante tener en cuenta que enseñamos lo que sabemos, pero contagiamos lo que somos. Es decir, lo que un adulto pone en valor, encarna y vive es lo que posteriormente transmite a sus hijos y, de igual forma, aquello que no valora y no posee, nunca lo va a transmitir, ya que nadie puede dar de lo que no tiene. Así pues, una sociedad que prima el valor del rendimiento y la productividad transmitirá a su prole ese mismo valor como algo positivo.

Byung-Chul Han en su libro *La sociedad del cansancio* (2012) defiende que vivimos en la sociedad del rendimiento, caracterizada, a diferencia de la sociedad disciplinaria que dejamos atrás, por una necesidad autoimpuesta de productividad constante. Antes de abordar la sociedad actual o del rendimiento, es necesario explicar en qué consistía la sociedad anterior o disciplinaria para poder entender la diferencia y el cambio que supone.

## **2.1.La sociedad disciplinaria**

Byung-Chul Han describe a la sociedad anterior a la de rendimiento como “sociedad disciplinaria” a la que la define “la negatividad de la prohibición” (2012, p.26). Explica que “el verbo modal negativo que la caracteriza es el «no-poder» (Nicht-Dürfen). Incluso al deber (Sollen) le es inherente una negatividad: la de la obligación” (p.26). Han no se refiere a esta sociedad como una sociedad triste o deprimida, como nos puede llevar a pensar su carácter de negatividad del que habla, sino a una sociedad en la que tienen importante presencia ideas que llevan consigo algún tipo de connotación negativa pero no peyorativa. Así pues, a la sociedad disciplinaria la caracteriza “la prohibición, el mandato y la ley” (p. 27). Cuando habla de la negatividad hace referencia a la obligación y a la disciplina impuesta, por eso afirma que “la rige el no” (p.27). La expone como una sociedad “que consta de hospitales, psiquiátricos, cárceles, cuarteles y fábricas” (p.25), haciendo referencia a esos lugares en los que abunda toda esta negatividad, no en un sentido pesimista sino por su carácter prohibitivo, por el mandato, la ley, la explotación, los límites, y la disciplina. Es decir, es una sociedad en la que siempre encontramos un agente externo, superior en algún sentido, que nos manda, obliga, impone, prohíbe o limita en nuestra acción respecto a nuestros deberes y obligaciones.

Así, la llamada educación tradicional, propia de la sociedad disciplinaria, compartía la negatividad de su sociedad. A esta educación la caracterizaban los mismos elementos como podrían ser la “disciplina y obediencia, (...) una imagen impositiva, coercitiva y autoritaria” (Espíndola Juárez & Granillo Macías, 2021).

La sociedad disciplinaria y la negatividad que la caracterizaba ha sido sustituida paulatinamente por la sociedad del rendimiento mediante la negación de la negatividad o “la negación de la negación” (Han, 2012, p.32). Este declive de la sociedad disciplinaria va acompañado de un declive en las mismas tendencias en el ámbito educativo, para dar paso a las tendencias y características propias de la sociedad de rendimiento que veremos a continuación.

## 2.2. La sociedad del rendimiento

Puesto que la ausencia de sociedad disciplinaria no implica la ausencia de deberes, obligaciones y responsabilidades, ahora, en la sociedad del rendimiento, se ha de cumplir con todo ello, ya no mediante la obligación, sino por motivación e iniciativa propia como veremos a continuación.

En la sociedad del siglo XXI, se da un cambio, pasando de sociedad disciplinaria a sociedad de rendimiento. Los propios individuos no se llaman ya «sujetos de obediencia», sino «sujetos de rendimiento» (Han, 2012, p.25). A la sociedad del rendimiento se la reconoce por su «carácter de positividad» (p.27). Dicho carácter no se refiere al sentido optimista del término, sino a que ahora, en ausencia de la negatividad que caracterizaba al mandato, es el propio sujeto, mediante esta positividad, el que decide actuar. Por eso Han explica que en esta sociedad del rendimiento «víctima y verdugo ya no pueden diferenciarse» (p.32) porque ahora «se explota a sí mismo, a saber: voluntariamente, sin coacción externa» (p.30). Es decir, el mandato y la obligación de la sociedad disciplinaria han sido sustituidos por la motivación y el sentimiento de libertad que conlleva.

El filósofo expone además que el hecho de que exista un sentimiento de libertad en esta «autoexplotación» (Han, 2012, p.30) implica consecuencias a nivel psíquico. Él entiende que es una «libertad paradójica» (p.32) puesto que ahora el sujeto es esclavo de sí mismo, de su motivación y su autoimpuesto «imperativo de rendimiento». En esta sociedad «los proyectos, las iniciativas y la motivación reemplazan la prohibición, el mandato y la ley» (p.27). Y tal como se ha comentado, esta sociedad «produce depresivos y fracasados» (p.27). Pero advierte que «en realidad, lo que enferma no es el exceso de responsabilidad e iniciativa, sino el imperativo del rendimiento, como nuevo mandato de la sociedad del trabajo tardomoderna» (p.27). A diferencia de la negatividad de la sociedad anterior, la sociedad de rendimiento «se caracteriza por el verbo modal positivo *poder* (können) sin límites» (p.26).

Así pues, vemos cómo hemos pasado de una sociedad a otra mediante un cambio de mirada, mediante un cambio a la hora de entender el trabajo, la productividad y, en consecuencia, un cambio en nuestra manera de valorar y vivir las cosas. Si antes el trabajo venía motivado por la imposición de un superior ahora viene por la motivación intrínseca del individuo, es decir, la auto imposición.



Esta idea es semejante a la que expone C.S. Lewis en su obra *El diablo propone un brindis* (2017). En su libro expone, sirviéndose de la historia que se presenta a continuación, cómo debe hacer un tirano para conseguir tener controladas a las masas para que en vez de tener que ejercer la democracia, esta se ejerza sola, por su propia voluntad y motivación. La solución que propone es igual a la que se da en el paso de la sociedad disciplinaria a la de rendimiento. Consiste en que ya no sea el tirano el que explote al individuo, sino que sea cada individuo el que se explote a sí mismo, como se muestra en el siguiente fragmento de la historia:

La moraleja era evidente: (...) cortarlos todos por el mismo nivel, todos esclavos, todos ceros a la izquierda, todos 'don nadies', todos iguales. Así podría el tirano ejercer la 'democracia' en cierto sentido. Pero ahora la 'democracia' puede hacer el mismo trabajo, sin otra tiranía que la suya propia. Nadie necesita en la actualidad penetrar en el campo de maíz con un bastón. Los propios tallos pequeños cortarían las copas de los grandes. Incluso los grandes están comenzando a cortar las suyas movidos por el deseo de ser como todos los tallos (Lewis, 2017, p.28).

Cabría preguntarse por qué motivo se da este cambio del deber al poder. Han explica que “a partir de un nivel determinado de producción, la negatividad de la prohibición tiene un efecto bloqueante e impide un crecimiento ulterior” (2012, p.27). Es decir, la sociedad disciplinaria tiene un límite en términos de producción, puesto que el deseo del individuo no es trabajar más que aquello que le es impuesto por un tercero. Sin embargo, “la positividad del poder es mucho más eficiente que la negatividad del deber. De este modo, el inconsciente social pasa del deber al poder” (Han, 2012, p.27). En otras palabras, la sociedad del rendimiento tiene una capacidad para la productividad mayor puesto que la motivación del individuo le lleva, libremente, a la auto explotación hasta su propio límite.

Esta sociedad lleva consigo una constante actividad, “un exceso de estímulos, informaciones e impulsos” (Han, 2012, p.33), hecho que “modifica radicalmente la estructura y economía de la atención” y, en consecuencia, dice que “la percepción queda fragmentada y dispersa”. El multitasking, sostiene Han, es consecuencia de esta constante actividad y la necesidad de prestar atención a múltiples estímulos al mismo tiempo y defiende “que no significa un progreso para la civilización” sino que “se trata más bien de una regresión.” Para explicarlo hace referencia a cómo esta manera de actuar es propia de los animales salvajes:

En efecto, el multitasking está ampliamente extendido entre los animales salvajes. Es una técnica de atención imprescindible para la supervivencia en la selva. Un animal ocupado en

alimentarse ha de dedicarse, a la vez, a otras tareas. Por ejemplo, ha de mantener a sus enemigos lejos del botín. Debe tener cuidado constantemente de no ser devorado a su vez mientras se alimenta. Al mismo tiempo, tiene que vigilar su descendencia y no perder de vista a sus parejas sexuales. El animal salvaje está obligado a distribuir su atención en diversas actividades. De este modo, no se halla capacitado para una inmersión contemplativa: ni durante la ingestión de alimentos ni durante la cópula. No puede sumergirse de manera contemplativa en lo que tiene enfrente porque al mismo tiempo ha de ocuparse del trasfondo. (...) Los recientes desarrollos sociales y el cambio de estructura de la atención provocan que la sociedad humana se acerque cada vez más al salvajismo (Han, 2012, p.34).

Esta idea también fue desarrollada por Hanna Arendt en su libro *Entre el pasado y el futuro* en el que explica que “por primera vez en nuestra historia, la capacidad humana para la acción ha comenzado a dominar a todas las otras, a la capacidad de asombro y pensamiento en la contemplación” (Arendt, 2018, p.80). Siguiendo con la idea, Arendt desarrolla un concepto para describir a este hombre de la sociedad moderna que, paradójicamente, al estar en una constante hiperactividad le es imposible actuar: “Según Arendt, la sociedad moderna, como sociedad de trabajo, aniquila toda posibilidad de acción, degradando al ser humano a animal laborans, a meros animales trabajadores.” (Han, 2012, p.43)

Byung-Chul Han habla posteriormente de la necesidad de recuperar la contemplación y la atención profunda puesto que “Los logros culturales de la humanidad, a los que pertenece la filosofía, se deben a una atención profunda y contemplativa. La cultura requiere un entorno en el que sea posible una atención profunda.” (Han, 2012, p.35)

En este contexto social, de positividad, de hiperactividad, de rendimiento desmedido, de falta de contemplación difícilmente se dan momentos de reflexión. Han dice “que el exceso de positividad permite tan solo el «seguir pensando»” (Han, 2012, p.59). Al hablar de pensar debemos entenderlo como un proceso mecánico, más propio de una computadora que de un acto de la razón humana. Sin embargo, ese seguir pensando, dice, impide la reflexión puesto que para que este se dé necesitamos de la negatividad del no, que es “un rasgo característico de la contemplación”. Así pues, se propone parar de pensar y empezar a reflexionar. Esta ausencia de reflexión está muy relacionada con el siguiente tema: la ausencia de fines.

### **2.3.Falta de fines**

La sociedad de rendimiento actual está también caracterizada por un fuerte relativismo que, como se verá a continuación, acaba impidiendo la existencia de una educación con fines sólidos y estables. Esta falta de fines que se da en la educación nace

primeramente de una falta de fines en la sociedad. En un discurso acerca de la emergencia educativa, el Papa Benedicto XVI explicaba que en nuestra sociedad “parecen faltar las certezas fundamentales, los valores y las esperanzas que dan sentido a la vida” (Benedicto XVI, 2008).

Esta idea es también desarrollada por el conocido sociólogo Zygmunt Bauman. A esta sociedad cambiante la denomina modernidad líquida, la cual “no se fija ningún objetivo ni traza línea de meta alguna y solo asigna una cualidad permanente al estado de fugacidad. [...] No hay ningún destino ni punto final, ni tampoco expectativa alguna de cumplir una misión. Cada momento vivido está preñado de un nuevo comienzo y de su final” (Bauman, 2006, p.90). Esto mismo se podría resumir con la frase atribuida a Heráclito que dice: *todo cambia, nada es*. Si todo cambia y nada es, resulta algo complejo educar, puesto que desconocemos por qué educar y por tanto también cómo hacerlo. Además, como veremos posteriormente, corremos el riesgo de educar constantemente al ritmo del cambio, es decir, en base a la tendencia del momento. Siguiendo con esta idea, Julián Carrón, sacerdote y teólogo español, en su libro *Educación. Comunicación de uno mismo* defiende que la falta de certezas en los adultos provoca una falta de propuestas positivas para los jóvenes, para ayudarles a formarse como hombres libres. En este sentido sostiene que “por ello, el problema de la educación no es sobre todo de los chicos, sino de los adultos: solo tendremos la oportunidad de comunicar un significado si nos comprometemos con la realidad en su totalidad” (Carrón, 2020, p.13).

Es necesario recuperar ahora la sociedad disciplinaria de la que se hablaba anteriormente. En la sociedad del siglo XIX y parte del XX, todavía permanecían las certezas y, por tanto, los fines. Gregorio Luri en su libro *La escuela contra el mundo* (2020) hace un pequeño análisis comparando la educación actual con la del siglo XIX y explica que:

La escuela del siglo XIX (y del XX, al menos hasta los años sesenta) era muy consciente de dos cosas. Primero, de que su función era permitir la evolución del alumno desde su condición de hijo a la de ciudadano, y, segundo, de que tenía un modelo preciso de ciudadano que orientaba su acción. Educar, para aquella escuela, era conformar, o dar forma al individuo de acuerdo con ciertos modelos culturales que parecían indiscutibles y que proporcionaban al alumno un modelo a seguir (Luri, 2020, p10).

Es decir, existían certezas y modelos que orientaban la educación hacia un fin. Podríamos pensar que ahora en ausencia de estas certezas y modelos nos encontramos ante una sociedad más libre y, por tanto, ante una educación más libre

puesto que no hay nada a lo que uno se tenga que limitar o amoldar, pero advierte que esta libertad se da “a cambio de la pérdida de cierta estabilidad” (Luri, 2020, p.11). Ahora que no tenemos que llegar a ser algo concreto, o lo que es lo mismo, “que podemos ser lo que queramos, (...) nos vemos a nosotros mismos como posibilidad permanentemente indefinida” (p.11).

¿Qué relación tiene el hecho de que en la sociedad se viva con falta de certezas y falta de fines con la hiperpaternidad? Guarda una estrecha relación causal con el objetivo de los hiperpadres. Estos quieren lo mejor para sus hijos, “que estén sobradamente preparados para el futuro” (Millet, 2016, p.8), y están cargados con sus mejores intenciones. Pero, como ya se ha comentado previamente, estamos en una sociedad en la que en muchos casos ni siquiera los adultos tienen certezas a las que acogerse, no tienen fines concretos e invariables, lo que los puede llevar a educar según la moda educativa más innovadora del momento. Es decir, dejamos en un segundo plano las virtudes, los valores y todo aquello que nos lleva a una educación integral de la persona y por tanto una educación perenne y, en ausencia de un fin, primamos instruir en las competencias y habilidades que demanda la sociedad en el momento. Por eso Luri explica:

El alumno de la escuela del siglo XIX sabía lo que tenía que creer, cómo debía comportarse, de qué debía sentir vergüenza, etc. El alumno de nuestra escuela vive en una sociedad que ha hecho del pluralismo uno de sus valores constitucionales supremos y, en correspondencia con este valor, la escuela ya no puede ser ni adoctrinadora ni moldeadora. Ya no puede mostrar un ejemplo canónico a la emulación de los alumnos, porque no hay tal canon. Los valores republicanos tienen un difícil acomodo en la escuela de una sociedad pluralista porque las familias quieren ver reconocidos en las escuelas sus propios valores. Ya no llevan a sus hijos a la escuela para que los conviertan en ciudadanos, sino para que lleguen a ser el tipo de ciudadano que la familia considera estimable.” (Luri, 2020, p. 12)

Puesto que esta nueva sociedad se caracteriza por su abundante relativismo y su escasez o ausencia de certezas no se podría mostrar un modelo común con el que las familias estén de acuerdo ya que cada familia tendría su propio modelo. En ausencia de este modelo y en presencia de este cambio constante son muchos los hiperpadres que, dada la incertidumbre, optan por preparar a sus hijos para todo.

#### **2.4.Sociedad del bienestar**

Otra de las causas de la hiperpaternidad está relacionada con el cambio que han sufrido las sociedades más desarrolladas durante el último siglo. Este cambio nos ha llevado a vivir en una sociedad de bienestar, la cual nos permite despreocuparnos de

aspectos que antes se presentaban en primera línea de necesidad, como puede ser la obtención de alimento, el cuidado de la salud básica (no morir de un resfriado, por ejemplo), no pasar demasiado frío o calor y poder vestir a tus hijos. “Hoy, gracias a Fleming, a las vacunas y a la cobertura sanitaria universal, el tema de la salud se ha superado. Salvo algunas excepciones, en el siglo XXI criar hijos sanos no debería ser un problema.” (Millet, 2016, p.7). Viviendo en esta sociedad de bienestar las necesidades básicas se dan por supuestas y pasamos a preocuparnos por necesidades que podríamos calificar de un segundo nivel. Por ello, Alvin Rosenfeld, MD y Nicole Wise en un artículo al respecto declaran que “parece que la hiperpaternidad está relacionada con cambios profundos que han tenido lugar en la familia en los últimos 100 años más o menos” (Rosenfeld & Wise, 2010).

En este artículo destaca también el cambio de mirada que se ha dado respecto a los hijos. Antes, los hijos participaban de las labores domésticas con tal de aportar y ayudar a cubrir las necesidades familiares. Esto era así porque a diferencia de la concepción actual, antes se concebía a la familia entera “como unidad productiva mutuamente cooperativa, a menudo ampliada, en la que cada persona, independientemente de su edad, contribuía a la estabilidad y prosperidad del grupo” (Rosenfeld & Wise, 2010). Así, antes tener un hijo podía suponer una ayuda para la unidad familiar y ahora, puesto que no existe tal necesidad, ha pasado a suponer una carga en términos económicos, como apuntan Rosenfeld y Wise en *Hiper-parenting* cuando explican que “muchos padres pueden producir suficientes excedentes de riqueza para no necesitar el apoyo financiero de sus hijos en la vejez. Entonces, en lugar de ser el mayor activo económico de una familia, los niños se han convertido en su mayor responsabilidad financiera” (Rosenfeld & Wise, 2010). No es extraño hoy en día escuchar conversaciones en las que se comente “¿Tú sabes lo caro que es mantener a un hijo?”. La realidad demuestra que detrás de esta idea se encuentra el cambio de mentalidad del que se ha hablado.

Este cambio relativo a la sociedad de bienestar repercute en otros ámbitos como por ejemplo en el de la reducción de la natalidad. Si antes los hijos iban a ser productivos para la familia, generalmente no suponía un problema tener tres, cuatro o más hijos, teniendo también en cuenta que no existían los métodos anticonceptivos y la posibilidad de elección se veía reducida. Sin embargo, ahora la perspectiva y las preocupaciones a la hora de tener un hijo son totalmente distintas. Tener un hijo supone una carga económica considerable ya que no se espera de él un retorno en términos de productividad, al menos no a corto ni medio plazo. Este hecho junto con la aparición de los métodos anticonceptivos ha resultado en núcleos familiares considerablemente más

pequeños como destaca Honoré: “Asimismo, los métodos anticonceptivos han repercutido en familias más reducidas y, en principio, más fáciles de gestionar, tanto en el tiempo y en los recursos económicos como emocionalmente” (Millet, 2016, p.7).

En consecuencia, se ha ido reduciendo la natalidad en los países en los que se ha ido dando este cambio de paradigma debido al auge de la sociedad de bienestar y lo que esta conlleva. Los datos muestran que la natalidad ha disminuido y la tasa de fecundidad en España es más baja que en la gran mayoría de países de Europa. Las familias han disminuido notablemente el porcentaje de hijos, de hecho, como indica la Oficina Europea de Estadística, más conocida como Eurostat, durante las últimas décadas los países más desarrollados han sufrido un descenso de la natalidad notable, en el caso de España hemos pasado de tener 2.84 hijos por mujer en 1970 a 1.19 en 2020 (Eurostat, 2022). No solo se están reduciendo los índices de fecundidad, sino que, además, cada año se tienen los hijos más tarde como indican los datos de Statista: “La evolución de la edad media de entrada en la maternidad por primera vez en España no ha cesado de incrementarse en el periodo comprendido entre 1975 hasta 2020. De hecho, la edad media a la que las mujeres tenían su primer hijo en 2020 era de 31,22 años, es decir seis años más que en 1975” (Fernández, 2021).

Esto es un hecho que afecta directamente a los hiperpadres. En definitiva, en la sociedad actual cada vez se tienen menos hijos y más tarde, lo cual es una de las causas por las que los progenitores, con la mejor de las intenciones, tienen comportamientos característicos de hiperpadres. Esto es debido a que “si tu primer embarazo se produce a los treinta y ocho o treinta y nueve años, seguramente habrás pasado mucho tiempo planeando cómo va a ser ese hijo o hija. Y si algo va mal, quizás no seas capaz de tener otro, así que hay ya una ansiedad desde el principio” (Millet, 2016, p.18).

Además, el hecho de tener los hijos pasados los treinta años, probablemente implique que durante ese tiempo los padres han tenido tiempo de estudiar y desarrollarse profesionalmente, como explican Rosenfeld y Wise en *Hiper-parenting*: “la mayoría de nosotras aplazamos la maternidad hasta los treinta años, cuando no solo habíamos terminado la universidad, sino también los programas de posgrado y habíamos establecido carreras impresionantes” (Rosenfeld & Wise, 2010). Esto en ocasiones “provoca que se importen los años de experiencia profesional a la familia. Al pensar en maneras de ser mejores padres se nos ha ocurrido hacer lo que hacemos en la oficina para mejorar los resultados: traer a los expertos, gastar mucho dinero y trabajar muchas horas. La paternidad se ha profesionalizado” (Millet, 2016, p.18).

Jordan Peterson, psicólogo clínico, profesor de la universidad de Toronto y uno de los autores con mayor repercusión mediática de la actualidad, señala también que existe una gran diferencia entre los hijos cuyos padres están alrededor de los treinta años frente a los que están alrededor de los veinte. Estos últimos, dice, serán más “útilmente negligentes” refiriéndose a que son más propensos a asumir riesgos razonables para sus hijos. Son riesgos necesarios para su desarrollo, es decir, momentos de sufrimiento para el hijo que una vez superados resultan positivos para su tolerancia a la frustración, para su capacidad de aburrimiento, para su creatividad, etc. (Valuetainment, 2019, 0:05).

Este descenso de la natalidad viene acompañado, como cabría suponer, por un aumento de hijos únicos. Actualmente en España nos encontramos con que el número de familias con un solo hijo ha aumentado considerablemente hasta llegar al 50% como indica ABC, citando un estudio de Eurostat: “Asimismo, España se encuentra entre los países con mayor porcentaje de hogares con un solo hijo (50%) sobre el total de hogares con hijos, según «Focus on Spanish Society», publicación editada por Funcas, que analiza datos de Eurostat sobre la composición de los hogares europeos.” (ABC, 2020). Este hecho presenta ventajas, como por ejemplo “que puedes prestarle mucha más atención –a él y a todo lo que sucede a su alrededor—” (Marchador, 2021). Sin embargo, esto es una espada de doble filo, puesto que también “lleva aparejado un gran riesgo: el de la sobreprotección” (Marchador, 2021).

Otra ventaja que apuntan los expertos acerca de tener un solo hijo es que “tenemos más tiempo y dinero para gastar en los hijos” (Millet, 2016, p. 18), pero advierten que “en contrapartida, al haber menos hijos, las oportunidades de que uno de ellos «destaque» son menores, lo que también pone un poco nerviosos a algunos progenitores” (Millet, 2016, p.18). Así pues, este hecho implica en muchos casos una pretensión hacia el hijo, puesto que la inversión es elevada y advierten que “es posible que nuestra capacidad económica sea tan alta como las expectativas que estamos depositando en el futuro del niño. Y se dé el caso de que nuestros deseos no tengan nada que ver con los del pequeño o, aún peor, con su capacidad de aprendizaje” (Marchador, 2021).

Jordan Peterson, en una entrevista hablando acerca de la sobreprotección y la hiperpaternidad, explica que antes los niños solían tener muchos hermanos y este hecho los endurecía, los preparaba y los hacía más fuertes porque existía entre ellos cierta competitividad en una misma casa. Además, en general, los padres eran más jóvenes y con menos recursos. Ahora, en cambio, los progenitores son mayores y

tienen recursos más abundantes. Este hecho los hace más propensos a programar las agendas de sus hijos con el fin de proveerles de todas las oportunidades que creen que serán útiles, lo cual es comprensible si se entiende cómo funciona la sociedad actual expuesta anteriormente. Sumado a que, puesto que tienen menos hijos, se dispone de más tiempo y atención para cada uno, cada hijo es máspreciado y corren el riesgo de invertir todos sus recursos para proveerles de todo lo que puedan. Sin embargo, uno de los peligros que eso conlleva es el de la sobreprotección. Se les puede acabar proveyendo de demasiadas cosas. Explica que muchas veces no entendemos cuánto deberíamos de dejar a nuestros hijos salir ahí fuera y cometer sus propios errores y encontrar sus propias soluciones. Es algo difícil y somos ignorantes al respecto. Es complicado porque cuando se tienen recursos pueden emplearse para hacer la vida de los hijos más fácil, pero, según dice Peterson, la pregunta que se deben plantear es la siguiente: ¿Realmente quieres hacer más fácil la vida a alguien a quien quieres? (Valuetainment, 2019, 0:05)

Esta sociedad de bienestar, vinculada con la reducción de la natalidad, núcleos familiares más pequeños, mayor seguridad económica, etc., “podría haber resultado en núcleos familiares más tranquilos y felices, en los que lo principal no es que los hijos sobrevivan, sino que estudien, jueguen, crezcan y se desarrollen como personas decentes” (Millet, 2016, p.7). Pero como hemos visto, en muchas ocasiones esto no es así y Millet remarca que “en el siglo XXI, los padres y las madres quieren otras cosas para sus hijos. Muchas otras cosas, y ello provoca grandes dosis de estrés, sobre todo en esas familias de clases medias y medias-altas que practican o viven un nuevo modelo de educación, conocido como la «hiperpaternidad»” (Millet, 2016, p.7).

### **3. Consecuencias**

En este segundo apartado se van a exponer una serie de consecuencias que tienen la hiperpaternidad y la sobreprotección en los hijos. Estas consecuencias, como cabe suponer, no son las mismas para todos, puesto que, si tenemos en cuenta las características de los hiperpadres, unos pueden hacer mayor hincapié en unas y otros se centran más en otras. Es decir, los padres que se preocupan más por evitar que sus hijos afronten y se responsabilicen de sus problemas y sus actos tienden a tener unas consecuencias concretas como la baja tolerancia a la frustración. En cambio, los padres que se centren más en las altas expectativas académicas en sus hijos llenándoles los tiempos libres de actividades extracurriculares, tenderán más a criar hijos con miedo al fracaso y con alto estrés a edad temprana, puesto que siempre se espera la excelencia



de ellos. Es importante recordar que la educación no es una ciencia exacta puesto que en todo momento interviene la libertad que es inherente al hombre. Así pues, caeríamos en una suerte de conductismo mecanicista al plantear la educación como una fórmula en la que aplicando un tipo de educación concreta acaba resultando siempre y sin excepción el mismo resultado.

### **3.1.Falta de autonomía**

La autonomía es uno de los grandes objetivos de la educación, sobre todo en las primeras etapas de crecimiento y desarrollo del niño. La RAE define la autonomía como: “Condición de quien, para ciertas cosas, no depende de nadie” (RAE, s.f.). Los Currículums de Educación Infantil y Primaria hablan constantemente de la autonomía, incluyéndola como una de las principales competencias a desarrollar durante estas etapas (Departament d’Ensenyament, 2015). La hiperpaternidad y la autonomía están estrechamente ligadas en cuanto que es un estilo de crianza que “coarta en los hijos algo tan vital en la vida como es la adquisición de la autonomía” (Millet, 2016, p.9). Muchas veces los hijos son capaces de hacer muchas de las cosas que los padres hacen por ellos. Detrás de todas estas situaciones hay unos padres bienintencionados, no pretenden mal educar a su hijo, pero sí demuestran cierto grado de ignorancia. Existen muchas razones por las que lo hacen. A veces, puede ser porque es más fácil que lo hagan directamente los padres, otras porque resulta más rápido, otras evitarán cierto estrés porque aquello que realizan tiene un componente de riesgo. En otras situaciones también puede suceder que los padres no se planteen si tienen la edad y la capacidad para hacerlo ellos solos. A pesar de todas estas múltiples posibilidades, no se puede perder de vista que, si se busca lo mejor para ellos, si se busca ayudarles a crecer, se debe fomentar su autonomía y darles oportunidades para que adquieran responsabilidades.

Maribel Martínez, psicóloga, filóloga, educadora social, y escritora defiende, hablando acerca de la hiperpaternidad, que es una tendencia educativa que provoca que al “llevar a los hijos siempre entre algodones y resolverles como norma sus problemas, lo que hace es inutilizarlos tanto a nivel emocional como para cosas pragmáticas” (Millet, 2016, p.9). Es decir, son prácticas educativas que, lejos de llevar a los hijos hacia la autonomía y responsabilidad, los invalida y los convierte más y más dependientes de sus progenitores. Esta actitud de constante “control y seguimiento” (p.9) hacia los hijos, explica, acaba transformándose en un mensaje: “Me pongo aquí contigo, sistemáticamente, a hacer los deberes o a organizar tus tareas, por ejemplo, porque tú solo no puedes”. Entre líneas, se les está diciendo que no son capaces. Así, la

hiperpaternidad fortalece la dependencia de los hijos con los padres y hace que estos se sientan “incapaces –insiste Martínez–, con todo lo que esta sensación conlleva” (p.9).

Como se ha comentado previamente, la autonomía no es algo trivial, por eso, evitar asumir responsabilidades a nuestros hijos o enfrentarse a situaciones que supongan un reto en algún sentido, sostiene Millet citando a Martínez, “impide aprender uno de los recursos fundamentales en la existencia: saber buscarse la vida, tener capacidad de reacción ante las frustraciones y los contratiempos” (Millet, 2016, p.46). Seguramente, esta sea una de las consecuencias más frecuentes y perceptibles de la hiperpaternidad. Dando un paseo por el parque u observando una salida de un colegio se pueden analizar muchas situaciones que reflejan esta dependencia de los hijos con los padres y cómo ellos impiden que sus hijos crezcan en autonomía. El ejemplo típico y muy representativo es el del hijo que al salir de la escuela y ver a su padre o madre lo primero que hace es intercambiar su mochila por un bocadillo, asumiendo que el hijo no es capaz o está demasiado cansado como para cargar con sus responsabilidades, en este caso su mochila, hasta su casa.

La hiperpaternidad, según Hirsch & Goldberger (2010), es un proceso de crianza distintivo que impide que sus hijos cometan errores quedando así atrapados en la cueva del estrés. Proveen a sus hijos constantemente de todo lo necesario para resolver sus problemas sin dejar espacio para que sean ellos quienes desarrollen las habilidades necesarias para tomar decisiones y resolverlos. Estos padres sobreprotectores son autoritarios a la hora de decidir la acción presente y futura de los niños sin enseñar y educar en las habilidades adecuadas para hacerlos independientes (LeMoyné & Buchanan, 2011).

Jordan Peterson explica que muchos padres harían todo por sus hijos, y señala que ese es precisamente el problema, porque si los padres hacen todo por los hijos, a ellos no les queda nada por hacer. De esta manera no se les deja espacio para que se desarrollen con autonomía, e incluso pueden acabar convirtiéndose en pequeños inútiles.

### **3.2. Centro del mundo y estrés**

Algunos padres que practican este modelo de crianza centran todos sus esfuerzos, tanto en términos de tiempo como en términos económicos en lo que ellos consideran que es lo mejor para sus hijos, los cuales acaban sintiendo que son el centro de todo.

De hecho, Millet a su libro *Hiperpaternidad* (2016) lo subtítulo: “Del modelo mueble al modelo altar”, entendiendo este modelo altar como el niño que está en el centro del hogar y es lo más importante. Esta situación puede causar dos efectos negativos en los hijos que se van a exponer a continuación.

En primer lugar, puede suceder que, percibiendo el trato que reciben por parte de sus padres, los hijos empiecen a considerarse el centro de la casa, pensando así que se les debe todo y obviando el esfuerzo y trabajo que requiere conseguir las cosas, algo que les hace desconocer también el valor de las mismas. La psicóloga estadounidense Madeline Levine, una de las expertas acerca de la hiperpaternidad, “alerta asimismo del peligro de producir niños con un sentido agudizado de «tener derecho a todo»” (Millet, 2016, p.9). Ella explica que estos comportamientos “no dejan de ser lógicos si desde que nacieron les has transmitido a tus hijos que la Luna y las estrellas giran alrededor suyo” (p.9). Esta manera de percibir el mundo acaba haciendo mella en la personalidad de los hijos y afecta en su relación con terceros, puesto que la realidad acaba imponiéndose en algún momento u otro. Levine defiende que “el narcisismo, la autocomplacencia excesiva, es otra de las consecuencias de esta atención desmedida hacia la prole” (p.9). Algo que, como también señala la psicóloga Mariló Pérez García, “puede llegar a convertirlos en personas egocéntricas” (Marchador, 2021).

En segundo lugar, puede suceder también que la expectativa que tienen los padres sobre los hijos cause en ellos una tensión constante. Como se ha comentado previamente, los hiperpadres buscan que sus hijos “estén sobradamente preparados para un futuro que, dada la inversión de tiempo, dinero y esfuerzo, tiene que ser por fuerza brillante” (Millet, 2016, p.8). Cabe preguntarse cuál es el otro lado de la moneda, cómo viven esto los hijos y qué repercusión tiene en ellos. Pérez mantiene al respecto que “ensalzar en exceso sus actitudes o culpabilizar cada una de sus acciones puede llegar a convertirlos en personas egocéntricas, además de experimentar el estrés que conlleva superar tantas expectativas impuestas” (Marchador, 2021). Es decir, esta inversión y esfuerzo recaería completamente sobre el hijo y se traduce en una pretensión de retorno de inversión hacia el mismo. La psicóloga continúa diciendo que “especialmente el riesgo está en que los niños entiendan que recibirán el afecto o aprobación de sus padres en la medida en la que cumplan esas expectativas” (Marchador, 2021) que los padres tienen puestas en sus hijos. El hijo puede llegar a percibir que es querido en función de si cumple o no con la pretensión por parte de sus padres, o, dicho de otra manera, el hijo percibe que se le quiere en función de lo que hace y no por lo que es. Esta idea se contradice con lo que indica Pérez cuando

sostiene que “los niños deben sentir el amor incondicional de sus progenitores, deben sentirse aceptados y queridos tal y como son, incluso cuando cometen errores, para que puedan aprender de ellos en lugar de vivirlos con ansiedad” (Marchador, 2021).

Otro aspecto a tener en cuenta en relación con esta última idea es que los deseos de los padres pueden diferir en muchas ocasiones con los de los hijos. No es raro encontrar casos en los que los hijos acaban estudiando carreras que no desearían por causa de la voluntad de los padres. Además, es importante mencionar que no se trata únicamente del deseo, sino también de la capacidad del hijo. Si los hijos no tienen la capacidad para llevar a cabo aquello en lo que sus padres han estado invirtiendo tanto, podría llevarles a “convertirse en un gran estresor para ellos y generar sentimientos de frustración y desilusión si no llegan a cumplirlas” (Marchador, 2021). A este respecto, Pérez indica que es posible que se “dé el caso de que nuestros deseos no tengan nada que ver con los del pequeño o, aún peor, con su capacidad de aprendizaje” (Marchador, 2021).

Así pues, la hiperpaternidad es un modelo de crianza que, al poner al hijo en el centro de atención constante, este, dependiendo de las variables mencionadas, o bien se enaltecerá y se creará el centro del mundo o bien sentirá excesiva presión sobre su persona y probablemente vivirá parte de su infancia y adolescencia con un estrés inapropiado para su edad.

### **3.3.Miedo al fracaso y perfeccionismo**

Como se ha expuesto previamente, la sociedad en la que vivimos, la sociedad del bienestar, no ha de preocuparse y sufrir por conseguir los bienes básicos para la supervivencia. Ese es un miedo que ha sido superado en las familias de clase media-alta, que son objeto de análisis del presente trabajo. Sin embargo, en ausencia de esas necesidades se crean otras de relativa menor importancia que las previas, y con las nuevas necesidades surgen los nuevos miedos. Estos miedos, en relación con los hiperpadres, son por ejemplo que los hijos no destaquen en el colegio, que no sean capaces de aprender idiomas, de tocar instrumentos, de leer cierta cantidad de libros, o que practiquen un deporte concreto, entre muchos otros posibles miedos. Todo ello, como veremos, tiene una importante repercusión a la hora de educar a los hijos, especialmente en relación con el miedo al fracaso y al perfeccionismo.

Debido a que las acciones y resultados de los hijos son constantemente observados y evaluados por sus padres, los hijos pueden adquirir cierto miedo al fracaso. Esto se

traduce en una falta de libertad a la hora de actuar, tomar decisiones y asumir retos. Si cada una de las decisiones que toman van a ser sometidas a crítica, es frecuente que estos hijos, por miedo a tomar una decisión equivocada o en disconformidad con sus padres, decidan muchas veces simplemente no actuar, no decidir y de esta manera asegurarse de que no se equivocan. Esta indecisión suele ir unida al perfeccionismo, tema que se tratará más adelante. David McCullough, Jr., profesor y escritor estadounidense conocido por su discurso de fin de curso *"You are not special"*, del que posteriormente escribió un libro, explicó que tanta presión, conjugada con tanta intervención, hace que los estudiantes tengan "terror al fracaso y pierdan la oportunidad de cometer errores y aprender de ellos y, en consecuencia, se pierdan la oportunidad de tener una vida plena y feliz" (Wellesley Public Media, 2012).

Asimismo, este modelo de crianza, puesto que aspira a convertir a los hijos en niños excepcionalmente excelentes (sea lo que sea que signifique eso para cada familia), también puede derivar en hijos con un fuerte carácter perfeccionista. El perfeccionismo ha sido definido como la tendencia a establecer altos estándares de desempeño en combinación con una evaluación excesivamente crítica de los mismos y una creciente preocupación por cometer errores (Frost, Marten, Lahart, y Rosenblate, 1990). Estos hijos en los que tantas expectativas ponen los padres podrían adoptar también estas mismas expectativas de sí mismos y empezar a autoexigirse al igual que lo hacen sus padres con ellos. Alfonso Aguiló, ingeniero, escritor y divulgador de temas educativos, presidente de la Fundación Arenales y otras entidades educativas que han promovido centros de enseñanza en España y otros países, explica que estos niños "viven tensos, sufren mucho cuando ven que no siempre pueden llegar a la suma perfección que tanto anhelan, su minuciosidad les hace ser lentos, y con frecuencia son demasiado exigentes con quienes no son tan perfeccionistas como ellos" y advierte a los padres que "en la tarea de educar el propio carácter, o el de los hijos, es muy importante no caer en ese estilo de neurosis perfeccionista" (Aguiló, 2022, párr. 15). Este perfeccionismo en los hijos puede llevar también a "la indecisión y a la resistencia a delegar o confiar en los demás. Lleva a un estilo titubeante, rígido, demasiado exigente" (Aguiló, 2022, párr. 20).

### **3.4.Miedo en general**

En relación con lo comentado anteriormente, los niños que viven con indecisión y desconfianza, además de vivir tensos, tienen un miedo constante a todo aquello que exceda, por poco que sea, su zona de confort. Son hijos que no se ponen en situaciones de dificultad, en situaciones de riesgo o aventuras en las que se tengan que

enfrentar a algún miedo. La consecuencia de ello es que este miedo impide el desarrollo del niño. Un niño con miedo al que no se le anima ni alienta a explorar más allá de su zona de confort es un niño que difícilmente se desarrollará al ritmo adecuado. Esta es una idea similar a la que desarrolló Lev Vygotski en su teoría sociocultural. En ella expone la zona de desarrollo próximo, aquella en la que necesitamos de otra persona para llevar a cabo ciertas acciones. Es la zona de aprendizaje. Pero si el niño permanece siempre en lo ya conocido, en lo que le es cómodo, es decir, en la zona de desarrollo real, y no va más allá no posibilita el desarrollo. Es interesante la idea de Millet cuando dice que “estamos criando a los niños y a las niñas más miedosos de la historia. Irónicamente, tanta sobreprotección y atención hacia la prole está produciendo niños y niñas más miedosos e inseguros que nunca” (Millet, 2016, p.11).

Jordan Peterson, en una conferencia, explica la sobreprotección utilizando la historia de la Bella Durmiente, historia en la que unos padres ya mayores tienen su primera y última hija, situación vinculable con lo que pasa actualmente en nuestra sociedad. Estos padres celebran una fiesta para celebrar el nacimiento de la hija, fiesta a la cual invitan a todo el reino excepto a Maléfica, la cual representa la naturaleza de la vida, con su sufrimiento, sus retos y sus injusticias, su horror, representa todos aquellos aspectos de la vida con los que no te gustaría que tu hijo se encontrase. Es decir, los padres deciden ocultar de la vida de su hija todo cuanto le pueda suponer algún sufrimiento. En vez de prepararla para un mundo real, el mundo que existe verdaderamente, para que una vez salga ahí fuera sea capaz de vivir, deciden sobreprotegerla. Estos padres deciden eliminar todo cuanto pueda suponer sufrimiento para su hija, eliminar todo mal de su vida. Así pues, la protagonista, ingenua e inconsciente, a poco que sale de la zona segura creada por sus padres se pincha con el huso de una rueca, es decir, con algo teóricamente inofensivo y la invalida. Es decir, a poco que se encuentra con un sufrimiento, este la invalida, ya que sus padres hasta ahora se lo habían conseguido evitar sobreprotegiéndola. Peterson sostiene que no se puede ocultar el mal y evitar el sufrimiento de los hijos porque es inherente a la vida. Parte de la vida es sufrimiento. Y cuando el día de mañana los padres no estén y el hijo nunca se haya enfrentado a nada, el miedo le paralizará y le impedirá vivir, al igual que a la Bella Durmiente (Bite-sized Philosophy, 2017, 0:01).

Es importante darse cuenta de que el miedo al sufrimiento parte en primera instancia de los padres. Estos padres prefieren evitar el sufrimiento de sus hijos para así evitar el sufrimiento que a ellos les acarrearía. Los miedos de los padres recaen directamente en los hijos. En el libro de *Hiperpaternidad* la autora ofrece un ejemplo que simplifica y

concreta mejor la idea de la que se está hablando: “Siempre que tiene que lidiar con padres agobiados por los miedos, Cristina les hace la siguiente pregunta: «¿Quién queréis que eduque a vuestro hijo o hija; vosotros o vuestros miedos? ¡Se quedan pasmados! –asegura–, pero es fundamental que los padres sepan que sobreproteger es desproteger».” (Millet, 2016, p.41).

Los padres que tienen miedos en ocasiones entienden el mundo como un peligro constante para sus hijos. “Como en una gigantesca operación de marketing, sostiene la psicoterapeuta, el miedo es instilado de diversas formas a los nuevos padres, que pueden llegar a ver el mundo como una amenaza para sus hijos. Este miedo es, a su vez, debidamente transmitido a la prole, que crece con más temores que nunca.” (Millet, 2016, p.42). Si los hijos perciben de su figura de apego, que es su seguridad y quien le enseña cómo vivir, un miedo constante, entonces entenderán que la vida es un peligro y que la actitud correcta es vivir con ese miedo.

Evidentemente, tal y como explica Pérez, “es necesario que los padres protejan a sus hijos” y que supongan apegos seguros para ellos, pero “sin sobreprotegerles, ya que protegerles en exceso tiene como consecuencia niños menos autónomos y más dependientes de los demás, especialmente de sus propios padres” (Marchador, 2021). Además, tal como se comentaba anteriormente, “suele conllevar que los pequeños crezcan percibiendo que lo nuevo y desconocido da miedo, ya que han recibido la ansiedad de sus progenitores cuando ellos exploraban, por lo que de adultos pueden vivir muchas situaciones de la vida con ansiedad, como el momento de independizarse o de realizar un viaje solos, aunque sea por trabajo”, considera Pérez (Marchador, 2021).

### **3.5.Hiperestimulación**

Puesto que el hiperpadre busca preparar a su hijo para un futuro brillante, cae muchas veces en la idea errónea de creer que cuanto antes empiece a hacer y aprender las cosas su hijo y más cosas haga y aprenda, mejor. Este es un modelo educativo mecanicista que consiste en “marcar hitos desde la niñez y en aplicar métodos externos para que cada niño pueda alcanzar los hitos” (L’Ecuyer, 2020, p.58). Este modelo niega en cierto sentido la libertad del niño puesto que “considera al niño pequeño como un ente programable” (p.59).

Siguiendo esta manera de pensar, la educación sería algo tan simple como volcar ingentes cantidades de información y repetir mecánicamente una serie de acciones

para educar los hábitos. Esta visión es precisamente la que en 1930 defendía John Broadus Watson, psicólogo estadounidense y padre del conductismo, cuando decía: “Dadme una docena de bebés sanos, bien formados para que los eduque y me comprometo a elegir uno de ellos al azar y adiestrarlo para que se convierta en especialista de cualquier tipo que yo pueda escoger...” (Watson, 1930). Si bien es cierto que en 1930 se desconocían gran parte de los procesos internos del desarrollo en los primeros años de vida, hoy, casi un siglo después conocemos lo suficiente como para saber que educar no consiste en rellenar una *tabula rasa* como propondría Locke.

Así, los hiperpadres tienen la creencia de que pueden y deben estimular a sus hijos para que estos se desarrollen tan rápido como sea posible y se conviertan en el proyecto que, en muchos casos, los padres tanto tiempo han estado planificando. Sin embargo, como se verá a continuación, esto tiene efectos negativos en el desarrollo del hijo.

Hace más de dos décadas, el reconocido pedagogo, educador y escritor Gerardo Mendive ya encontraba objeciones a este modelo educativo y explicaba en uno de sus libros:

En tiempos relativamente recientes se ha atribuido gran trascendencia a la estimulación temprana de los niños. No cabe duda que ello fortalece el desarrollo de distintos aspectos de la persona. Sin embargo, en ciertos casos se produce tal exageración en la realización de actividades (es posible hablar de niños súper agendados y súper exigidos) que las mismas llegan a ser un obstáculo en el proceso madurativo (Mendive, 2000, p. 45).

A lo largo de las últimas décadas, gracias a los avances que se han dado en el campo de la neurociencia, se ha llegado a la conclusión de que “‘más’ no es necesariamente ‘mejor’ y que el aprendizaje no consiste en un enriquecimiento abrumador o en estimulación intelectual excesiva” (L’Ecuyer, 2014). Dan Siegel, médico estadounidense, escritor, profesor clínico de psiquiatría en la Escuela de Medicina de la Universidad de California en Los Ángeles (UCLA) y codirector del Mindful Awareness Research Center, ya en 2001 defendía al respecto:

No hay necesidad de bombardear a bebés o niños pequeños (o a nadie) con una estimulación sensorial excesiva con la esperanza de «construir mejores cerebros». Se trata de una desafortunada mala interpretación de la literatura sobre la neurobiología –que, de alguna manera, «más es mejor»–. Sencillamente, no es así. Los padres y los otros cuidadores pueden relajarse y dejar de preocuparse por proporcionar una gran cantidad de bombardeo sensorial a sus hijos. La sobreproducción de conexiones sinápticas durante los primeros años de vida se considera suficiente en sí para que el cerebro pueda desarrollarse



adecuadamente dentro de un entorno “medio” que proporciona la cantidad mínima de estimulación sensorial que se precisa para mantener partes necesarias de ese, genéticamente creado y altamente denso, circuito sináptico (Siegel, 2001).

Esta falsa creencia acerca de la hiperestimulación que ponen en práctica algunos hiperpadres se materializa de diferentes maneras. Algunos padres optan por llenar las agendas de sus hijos sin dejar tiempo para el descanso, el aburrimiento o el juego libre. Debido a la mentalidad de imperativa productividad constante de la que hemos hablado previamente, dejar momentos del día libres es considerado como una pérdida de tiempo que puede ser aprovechado para seguir fomentando ese pequeño proyecto que es el hijo. Así pues, algunos hiperpadres apuntan a sus hijos infinidad de extraescolares, tanto deportivas como académicas de manera que cada día de la semana, además de acudir al colegio, el niño tiene fútbol, piano, chino y clases de refuerzo en casa. L'Ecuyer explica al respecto que “cada vez hay más niños dormidos en las aulas porque sus actividades extraescolares no les caben en las agendas” (L'Ecuyer, 2020, p.59). Es decir, que con tanta actividad los niños después son incapaces de prestar atención a algo más básico como es el aula.

Cuando el ser humano se acostumbra a prestar atención a una cantidad de estímulos elevada, más tarde le es realmente complejo centrarse en una actividad que requiere un nivel de estímulos reducido, como puede ser la lectura, ver una película lenta, dar un paseo o simplemente prestar atención en clase. L'Ecuyer destaca al respecto que “en los últimos años, han empezado a surgir estudios que relacionan la sobreestimulación con problemas de aprendizaje” (p.47).

También existen hiperpadres que sobre estimulan tecnológicamente a sus hijos, sobre todo en las edades más tempranas, creyendo que así los desarrollarán más rápido intelectualmente. Estos padres se escudan en lo que Catherine L'Ecuyer califica de eslóganes como pueden ser “Para educar en el uso responsable de las tecnologías, es preciso introducirlas en la primera infancia”, “Nuestros hijos son nativos digitales; así pues, tienen” o “La tecnología está aquí para quedarse, de modo que es inútil atrasar su introducción y preferible adelantar su introducción” (L'Ecuyer, 2019, p.18).

Sin embargo, la literatura científica al respecto es clara: “ningún estudio apoya la introducción de las tecnologías en la infancia” (Canadian Paediatric Society, 2017). De hecho, existen estudios que relacionan el uso frecuente de medios tecnológicos y digitales con el trastorno por déficit de atención e hiperactividad en la adolescencia (Ra et al., 2018), causa por la que la prestigiosa Clínica Mayo defiende que se debería

restringir el tiempo televisión y videojuegos durante los 5 primeros años de vida (Mayo Clinic, 2017). Existen otras evidencias que relacionan esta hiperestimulación temprana con un retraso en el desarrollo del lenguaje, como por ejemplo la investigación publicada en el Pediatric Academic Societies Meeting (Stevens Martin, Lisa Black, & Laura Alessio, 2017) que indica que cuanto mayor es el tiempo que pasa un niño menor de 24 meses jugando con pantallas, mayor es la probabilidad de sufrir retrasos en el desarrollo del lenguaje.

Así, el hiperpadre, buscando el progreso intelectual extraordinario de sus hijos mediante la hiperestimulación, en muchas ocasiones puede acabar surgiendo un efecto contrario en el que, según L'Ecuyer "ponemos a los niños en una situación de frustración que podría repercutir sobre su autoestima y crear una espiral de fracaso que puede afectar al desarrollo del futuro aprendizaje" (L'Ecuyer, 2020, p.106)

### **3.6. Aburrimiento**

En la sociedad de rendimiento en la que vivimos, que se ha explicado en un apartado anterior, el aburrimiento no tiene cabida. Puesto que el aburrimiento se entiende como tiempo malgastado es algo que se intenta evitar a toda costa llenando todos los espacios posibles con una actividad u otra. Este hecho, sumado a la mencionada hiperestimulación a la que muchos de estos niños son sometidos, son causa de que muchos hijos se aburran con lo cotidiano y con todo aquello que carece de ese ritmo de estímulos al que están habituados. Millet mantiene que esta generación de niños "al estar tan estructurados y sobre estimulados desde muy pequeñitos, se aburre con pasmosa facilidad. Muchos son prácticamente incapaces de jugar solos, algo fundamental para su desarrollo." (Millet, 2016, p.11).

El psiquiatra Haskell E. Bernstein dijo ya en los años setenta del siglo XX, que parecía que "en medio de una riqueza sin precedentes, una libertad personal por igual, y una tecnología que [llenaba] nuestro tiempo a rebosar de avances e innovaciones emocionantes, a veces aterradoras, el aburrimiento se [hubiese] convertido en un serio obstáculo en la búsqueda de la felicidad para muchas vidas" (Bernstein, 1975, p. 512). Alberto Sánchez, doctor en Conocimiento Pedagógico Avanzado por la Universidad Complutense de Madrid, en la que trabaja actualmente como profesor e investigador en el ámbito de la educación, comentaba en una de sus publicaciones que "resultaba sin duda extraño comprobar cómo mucha gente se aburría, cuando tantas posibilidades de entretenimiento había. Era como si nada pudiese llenarles; nada les satisfacía, todo parecía sobrarles" (Sánchez, 2016, p.96).

El ritmo de vida al que muchos de estos niños están acostumbrados es tal que hoy en día, en algunos colegios existe una suerte de competición silenciosa para ver qué profesor consigue la atención de sus alumnos. El problema es que cuando estos niños vuelven a un ritmo de vida tranquilo se aburren enseguida y cuando acaba una clase en la que el profesor utiliza toda clase de artilugios y pantallas para captar la atención de sus alumnos y empieza una clase en la que el profesor propone una lectura o un comentario de texto, este último es incapaz de llevar a cabo la actividad puesto que tiene un ritmo de estímulos mucho menor al de la clase anterior. “¡No es de extrañar que los niños se aburran, se impacienten y se pongan nerviosos cuando vuelven al ritmo del mundo real!” (L’Ecuyer, 2020, p.49).

### **3.7.Niños débiles y frágiles. Baja tolerancia a la frustración**

Así como anteriormente se comentaba que la hiperpaternidad y la sobreprotección genera niños miedosos, también, “la debilidad es otra de las consecuencias de la sobreprotección” (Millet, 2016, p.46). Peterson sostiene al respecto que tenemos un porcentaje razonable de jóvenes que han sido sobreprotegidos, con agendas demasiado programadas y que se han enfrentado a pocos problemas por sí solos y acaban resultando ser muy poco resilientes (Valuetainment, 2019, 2:05).

Millet explica, citando a Martínez, que la hiperpaternidad es “una manera de hacer que produce niños con un umbral de resistencia a la frustración tan bajo que, «cuando ven que algo no funciona o que no se están cumpliendo sus expectativas, se hunden»” (Millet, 2016, p.48). Esta baja tolerancia a la frustración está estrechamente relacionada con los ya mencionados miedos que nacen de este estilo de crianza tal y como apunta Martínez en *Hiperpaternidad*, “los niños con baja tolerancia a la frustración son, lógicamente, mucho más propensos a sufrir miedos” (p.48).

Al practicar este estilo de crianza se sobreprotege y en muchas ocasiones no se permite el fracaso porque el objetivo es el éxito a toda costa y, aparentemente, el fracaso se aleja del objetivo de estos padres. Sin embargo, Alfonso Aguiló comenta al respecto:

triumfar es en cierta manera aprender a fracasar. El éxito en la vida viene de saber afrontar las inevitables faltas de éxito del vivir de cada día. De esta curiosa paradoja depende en mucho el acierto en el vivir. El éxito es aprender a ir de fracaso en fracaso sin desesperarse”, decía el conocido estadista e historiador británico Winston Churchill. Todos hemos conocido chicos y chicas que acaban siendo personas raras por culpa de una especie de terror a hacerlo mal (Aguiló, 2022, párr. 4).

La frustración aparece cuando un sujeto que espera lograr un objetivo y no lo consigue por una hipotética barrera que se encuentra en medio de ambos, el sujeto y el objeto (Vinacke, 1972) (Ver figura 1):

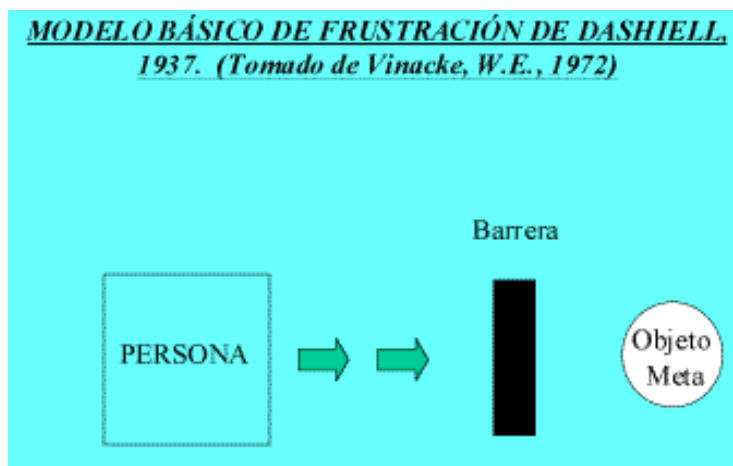


Figura 1. Modelo de frustración de Dashiell, 1937 (Extraído de Vinacke, 1972).

Siguiendo este esquema, la barrera supone un impedimento para lograr nuestro objetivo. Muchas veces los hiperpadres, en lugar de educar a sus hijos para afrontar esos impedimentos, optan por apartar los impedimentos y que sus hijos no tengan que enfrentarse a ellos o a la frustración que supondría verse incapaces de superarlos.

Tal y como se comentaba en el apartado de las causas del presente trabajo, el número de hijos únicos en España no ha dejado de aumentar durante las últimas décadas. Este es un hecho estrechamente relacionado con la baja tolerancia a la frustración, puesto que, en la relación entre iguales, cuando los intereses de uno son incompatibles con los intereses de otro, se cumple el esquema propuesto por Dashiell previamente expuesto. Existen infinidad de situaciones en las que dos hermanos tienen que lidiar con problemas en los que sus intereses son incompatibles. Estas suelen ser situaciones aparentemente absurdas como luchar por un asiento concreto del coche, decidir quién se ducha primero, quién se come el trozo más grande, quién recoge la cocina o quién juega antes al ordenador. La barrera o impedimento para alcanzar la meta u objetivo es, como vemos, en muchas ocasiones de la infancia, tu propio hermano. Así, Jennifer Delgado, psicóloga, escritora y profesora de universidad explica que muchas veces los hijos únicos “desarrollan una menor tolerancia a la frustración y tienen dificultades para compartir sus cosas y ser flexibles ante los puntos de vista de los demás” (Delgado, 2021, párr.7).

A lo largo de la vida todo ser humano experimenta el fracaso, antes o después, en mayor o menor medida y con mayor o menor frecuencia. Por ello, intentar evitar la frustración de nuestros hijos es, no solo algo imposible, sino que además es perjudicial para su educación y su futuro. Es similar a no querer afrontar un problema y, este, a medida que le damos la espalda, crece sin límites hasta que se hace demasiado obvio como para seguir ignorándolo. Es entonces cuando el niño deja de serlo para ser ahora un adolescente con baja tolerancia a la frustración tal y como explica Martínez: “un adolescente que no tiene tolerancia a la frustración es un adolescente conflictivo, que puede llegar a deprimirse porque la vida le resulta insoportable” (Millet, 2016, p.48).

Muchos colegios, sobre todo en zonas de clase media y alta tratan de educar insistentemente en el éxito. Imparten conferencias acerca del tema y se centran en preparar a sus alumnos, al igual que hacen los padres, para que sean profesionales de alto nivel, lo cual no tiene nada de malo *per se*. Sin embargo, tal y como me decía mi viejo maestro, ahora ya jubilado, existe hoy en día una imperante necesidad de educar, más que en el éxito, en el fracaso.

### **3.8.Trastornos en la adolescencia**

Todas estas consecuencias que tiene la hiperpaternidad como modelo de crianza se suelen agravar en la adolescencia si no se pone remedio previamente. Como cabe esperar, la manera de educar en la infancia tiene fuertes implicaciones en el comportamiento y la educación de la adolescencia. Tal y como explica Millet en *Hiperpaternidad*, “Michael Yapko, uno de los mayores expertos mundiales en el estudio y el tratamiento de la depresión, concluye que la familia que evita responsabilidades a los hijos puede crear el clima ideal para hacer emerger trastornos en la adolescencia.” (Millet, 2016, p.12)

Siguiendo con la misma idea, el prestigioso psicólogo estadounidense Jerome Kagan, especializado en la edad evolutiva, afirma que en estas familias en las que, con las mejores de las intenciones, “los padres y las madres no exigen nada a los hijos” es donde se encuentran más a menudo trastornos psicológicos en la adolescencia (Kagan, 1984). Este estaría refiriéndose a “trastornos de tipo ansioso, obsesivo, depresivo, alimentario y fóbico” (Kagan, 1984).

Giorgio Nardone es psicólogo, psicoterapeuta, fundador y director del Centro de Terapia Estratégica de Arezzo. Ha sido autor y coautor de más de 30 publicaciones entre las cuales se encuentra uno de sus libros *Modelos de familia*, en el cual expone que en la

adolescencia de los niños sobreprotegidos aparecen “toda una serie de problemas o trastornos psíquicos y de comportamiento sobre la base de la incertidumbre, la inseguridad y el menosprecio” y lo vincula a que “estos jóvenes, conscientes o inconscientes, no creen en sus capacidades y, por consiguiente, no logran asumir riesgos ni, aún menos, responsabilidades” (Nardone, 2003, p. 59). El mismo Nardone continúa poniendo de manifiesto que los problemas que surgen a raíz de este tipo de crianza, caracterizada por el exceso de atención y sobreprotección, aparecen en múltiples aspectos de la adolescencia:

Los problemas que llevan a la familia o a los mismos hijos a pedir la ayuda del experto van desde los problemas escolares (abandono o dificultad general, ya sea en el aprovechamiento ya sea en el comportamiento en el colegio), a la neurosis de ansiedad, de las depresiones a los problemas en la esfera afectiva (desilusiones amorosas que no logran superar o relaciones amorosas interrumpidas constantemente), trastornos de la sexualidad y de la alimentación (Nardone, 2003, p. 59-60).

Esto es algo que también destacaba Charles Ganaprakasam en un estudio titulado *Helicopter Parenting And Psychological Consequences Among Adolescent* en el que afirmaba que “la situación actual ilustra que el estilo de crianza influye casi en cada aspecto del estilo de vida de los adolescentes” (Ganaprakasam, 2018).

Existen numerosos estudios que relacionan la hiperpaternidad y la sobreprotección durante la niñez con trastornos en la adolescencia. Por ejemplo, un estudio en 2015 relacionaba este estilo de crianza con la ansiedad entre los adolescentes en la escuela y en la universidad (Lythcott-Haims, 2015). El investigador descubrió que los padres que marcan estrictamente la rutina del niño provocan sensación de dependencia y se produce una ansiedad que afecta gravemente a su rendimiento académico. En otro estudio, Lemoyne y Buchanan (2011) afirmaban que los niños criados por padres sobreprotectores son susceptibles de recibir atención médica por ansiedad y depresión. Un estudio realizado por Kouros (2017) en 118 estudiantes universitarios encontró que este estilo de crianza influye negativamente en el desarrollo de la autoeficacia para el aprendizaje entre los adolescentes. En 2007 se realizó un estudio cuyo objetivo era identificar si existe una relación entre el número de actividades programadas regularmente en las que participan los adolescentes, la cantidad de tiempo que los adolescentes pasan participando en estas actividades y los autoinformes de ansiedad. Los resultados eran claros. Indicaron que cuanto mayor era la cantidad de tiempo que los estudiantes informaban que participaban en actividades tanto en el momento del

estudio como durante el resto del año, mayor tendía a ser su nivel de ansiedad auto informado (Melman, Litte, Akin-Litte, 2007).

Así, podemos comprobar que la literatura que existe al respecto respalda y da sustento a la idea de que este estilo de crianza que ejercen algunos padres hacia los hijos, con la mejor de las intenciones, no solo tiene consecuencias a corto plazo en la propia infancia, sino que es algo que arrastra sus consecuencias también posteriormente en la adolescencia, pero en esta segunda etapa las consecuencias son aparentemente más graves.

## **4. Propuestas**

Habiendo visto las causas y, sobre todo, las consecuencias de la hiperpaternidad y la sobreprotección como modelo de crianza, es conveniente en esta tercera parte del trabajo ofrecer una serie de propuestas con el fin de evitar caer en estos malos hábitos. Estas propuestas estarán directamente relacionadas con las temáticas tratadas en las consecuencias y no tanto con las causas. Es decir, si en las consecuencias se hablaba de una falta de autonomía por parte de los hijos, se hará una propuesta que pretende ayudar en esta temática concreta. En las diferentes propuestas encontraremos algunas que requieren actuar de una manera en concreto y, en muchas otras, se propondrá justo lo contrario, abandonar ciertas actitudes o malos hábitos que se pudieran estar llevando a cabo.

### **4.1. Fomentar su autonomía**

Peterson sostiene que en muchas ocasiones los padres sobreprotectores, en un intento de proteger a sus hijos, lo que hacen es anularlos. A cada edad o etapa madurativa le corresponde un nivel de autonomía y de responsabilidad. Por ello, si no facilitamos y permitimos esa autonomía y esa adquisición de responsabilidades los enfermamos y los convertimos en niños viejos porque crecen, pero permanecen sin responsabilidades y sin autonomía, como si tuvieran una edad inferior a la que realmente tienen (Peterson, 2017, 01:19–01:36). Así, se recomienda dar responsabilidades a los hijos tan pronto como sean capaces de asumirlas y dejar de hacer por ellos lo que ya son capaces de hacer por si solos. El psicólogo continúa explicando que una norma que tenía él para el buen desarrollo de la autonomía de los niños era la siguiente: “no hagas nada por tus hijos que puedan hacer por ellos mismos” (03:19). Continúa diciendo que es una regla muy molesta porque a un padre le toma 15 segundos vestir a su hijo de dos años, pero si lo deja vestirse por él mismo tardará entre 15 o 20 minutos y probablemente tenga

que perseguirlo por toda la casa. Sin embargo, si lo deja vestirse por sí mismo no tendrá que vestirlo nunca más, ahora él ya puede hacerlo solo. Y propone hacer lo mismo con el resto de las tareas: poner la mesa, hacerse la cama, etc.

De lo contrario, estaríamos manteniendo a los niños en una etapa de la infancia ya superada y lo único que conseguiríamos es hacerlos más dependientes de nosotros y menos competentes a la hora de interactuar con terceros, como puede ser en un entorno escolar. Muchas veces esto es algo complicado para los padres puesto que al aprender a hacer autónomamente algunas actividades supondrá más tiempo de espera, limpiar lo que ensucie, repetir la actividad una y otra vez, etc. Por ejemplo, si vemos que nuestro hijo ya está preparado para comer solo, es bueno que le dejemos intentarlo para que así vaya aprendiendo. Lo más probable es que las primeras veces, debido a su bajo nivel de psicomotricidad, deje la mesa llena de yogurt, se manche la ropa, caiga comida al suelo, o se pinche con el tenedor. Sin embargo, si no estamos dispuestos a pasar por esto y seguimos dándoles de comer nosotros, estaremos retrasando su educación innecesariamente. Lo mismo pasa a la hora de aprender a vestirse, al principio tardará mucho y se pondrá la camiseta al revés y el zapato derecho en el pie izquierdo y viceversa. Pero si le seguimos vistiendo nosotros nunca aprenderá e impediremos el desarrollo de su autonomía.

Se puede empezar por hacerles responsables de sus propias cosas. Es decir, llevar su mochila, acordarse de sus deberes, de la ropa que tiene que llevar al día siguiente, etc. A este respecto, Millet explica que en una entrevista con Cristina Gutiérrez Lestón, educadora, escritora e investigadora, esta le decía que “lo que hay que decirles es: Cariño, la llevas tú, porque es tuya” –explica–. Porque mientras haces esto, lo estás entrenando en dos habilidades: la autonomía (yo puedo) y la responsabilidad (de lo mío, respondo yo)” (Millet, 2016, p.56).

Es también importante que cuando falten a una de sus responsabilidades experimenten las consecuencias en lugar de que los padres le subsanen los errores. Esto le ayudará a integrar esa responsabilidad y a acordarse de llevarla a cabo la próxima vez. De otra manera, si los padres subsanan su error, lo que se le está transmitiendo es que cuando falta a sus responsabilidades no existe ninguna consecuencia porque hay alguien que las cumple y paga por él.

Además, es conveniente para este mismo hecho, dar responsabilidades domésticas a los hijos apropiados para cada edad, como pueden ser poner la mesa varios días a la semana, hacerse la cama, recogerse el cuarto y ayudar cuando se les requiera. Así, se le enseña que no son el centro de la casa y que el resto no está exclusivamente al



servicio de sus necesidades, sino que en la casa son uno más y como tal tienen que aportar y participar de las tareas que se les requieren.

#### **4.2. Permitir el aburrimiento**

La propuesta en relación con el aburrimiento y la hiperestimulación se va a tratar en el mismo bloque puesto que están estrechamente relacionadas. En numerosas ocasiones la sensación de aburrimiento constante frente a situaciones normales o poco estimulantes del día a día son causadas por esta hiperestimulación. Al mismo tiempo, frente al aburrimiento de los hijos se recurre muchas veces a la tecnología porque ofrece esa cantidad frenética de estímulos, es decir, juegos de móvil, dibujos animados, que sabemos que funcionarían para acabar con su aburrimiento. Esto, tal y como podemos intuir, es un pez que se muerde la cola. Sandi Mann, psicóloga y autora de *El arte de saber aburrirse* resume muy bien esta idea sosteniendo que “estamos aburridos porque tenemos muchos estímulos, así que necesitamos más y más estímulos para evitar el aburrimiento. Es un círculo vicioso” (Robles, 2019, párr. 6).

El aburrimiento ha sido entendido “como un obstáculo a todos los niveles, tanto así, que hay autores que defienden que incluso debe ser mermado dentro del tiempo libre o de ocio” (Ragheb, 2002, citado en Sánchez, 2016, p.106). Es cierto que a nadie le gusta aburrirse, de la misma manera que a nadie le gusta sufrir. Sin embargo, experimentar el aburrimiento, al igual que el sufrimiento, tiene aspectos muy positivos, incluso necesarios para el buen desarrollo de la persona. A pesar de tener beneficios, el aburrimiento no es algo que se tenga que buscar. No hemos encontrado autores o estudios que estén a favor de aburrir activamente a sus hijos, o de buscar su aburrimiento con algún tipo de método. No obstante, sí que existen numerosos autores y estudios que muestran lo importante que es dejar que los hijos se aburran o, dicho de otra manera, lo negativo que es no permitir el aburrimiento de los hijos.

La hiperpaternidad, tal y como se ha expuesto, conlleva muchas veces llenar las agendas de los hijos sin dejar espacios de tiempo libre, sin permitir que acontezca el temido aburrimiento del que hablamos. David Lewkowich, reconocido profesor e investigador en la Universidad de Alberta explica en un artículo acerca del aburrimiento lo siguiente:

Basta con que les dejemos tiempo libre; es decir, con que no ocupemos todo su tiempo, sino que les permitamos, de vez en cuando, no hacer nada y aburrirse, pues el aburrimiento es, desde un punto de vista pedagógico, un primer paso hacia el diálogo con uno mismo, fundamento esencial para la construcción de la personalidad (Lewkowich, 2010, citado en Sánchez, 2019, p.433).

El aburrimiento es algo de lo que se busca salir, no es una experiencia agradable per se, pero es en el proceso de esa huida donde precisamente se encuentra su beneficio, ya que, “mientras está aburrido, uno está inquieto, porque no está contento con su situación actual y desea estar haciendo otra cosa” (van Tilburg e Igou, 2012). Andreas Epidorou, profesor en el Departamento de Filosofía de la Universidad de Louisville, autor de múltiples artículos y de su libro *Propelled: How Boredom, Frustration, and Anticipation Lead Us to the Good Life*, desarrolla esta misma diciendo que “si el aburrimiento se asemeja a una trampa emocional, se trata de una trampa que por su propio carácter afortunadamente nos *empuja* a escapar de ella” y que “el aburrimiento es a la vez una advertencia de que no estamos haciendo lo que queremos y un empujón que nos motiva a cambiar de objetivos y proyectos” (Epidorou, 2014). Es decir, el aburrimiento nos pide constantemente salir de él. Sin embargo, cabe diferenciar entre dos maneras distintas de salir. La primera, huir del aburrimiento recurriendo a la búsqueda de estímulos que nos mantengan evadidos de aquello que nos aburría, aunque solo temporalmente, puesto que esta primera opción es la que alimenta el círculo vicioso del que habla Sandi Mann. La segunda, utilizar ese tiempo para la reflexión y buscar un quehacer con significado, para pensar por qué se ha llegado a esa situación y qué alternativa es mejor que la situación actual. Es en esta segunda opción en la que se fomenta la creatividad. El mismo Newton empezó a plantear la teoría de la gravedad durante un paseo en su tiempo libre, en un momento de aburrimiento, de tranquilidad y sosiego. Francisco Claro Izaguirre, Profesor Titular de Psicobiología en la Facultad de Psicología de la UNED en una entrevista describía muy bien estas dos maneras de tratar con el aburrimiento:

El aburrimiento es una experiencia común y quizás el problema no es tanto el aburrirse, como el intentar huir instantáneamente de cualquier cosa que nos pueda parecer algo aburrida; al final lo que hacemos es malgastar mucho tiempo en cosas para pasar el tiempo y para divertirnos que, en realidad, son mucho más aburridas que el propio aburrimiento. No dejamos que el aburrimiento fluya de alguna manera y sea una oportunidad para pensar (Claro, 2013, párr.8).

Así, las propuestas en este aspecto son claras; dejar espacios del día para el tiempo libre, permitiendo así que se puedan dar momentos en los que viéndose aburrido, el niño deje volar su imaginación con juegos no estructurados y ejercite su capacidad creativa para salir de esa situación y evitar la tecnología para sacar del aburrimiento a los hijos.

Es cierto que en la sociedad actual “no podemos aislar a los niños de los medios tecnológicos” (Sánchez, 2019, p. 433). Sin embargo, Sánchez defiende que:

Tanto familia como escuela tienen la responsabilidad de limitar su uso, dando la oportunidad de que los niños vayan conociéndose a sí mismos con independencia del mundo sobreinformado que les ha tocado habitar y que reclama su atención sin apenas dejarles tiempo para parar a pensar. Ciertamente es que el hecho de permanecer temporalmente desconectados, de aburrirnos, así como de realizar distintas actividades de introspección, no garantiza de manera automática ni el descubrimiento de la atención como fin, ni el desarrollo de una personalidad propia. No obstante, lo facilita. Los tiempos y espacios de desconexión son su condición de posibilidad, de manera que permitirlos aparece en este punto como imperativo educativo fundamental. Esto, en principio, debiera conducirnos a una reducción de diagnósticos TDAH, así como al desarrollo de un mayor número de individuos capaces de autorregular su comportamiento y de tener una identidad personal integrada en su contexto, pero de manera singular. Garantizar que las nuevas generaciones descubran los beneficios de la desconexión es nuestra responsabilidad, no podemos dejar que, obsesionados por un futuro incierto, acaben siendo esclavos de la inercia (Sánchez, 2019, p. 433-434).

Habiendo descrito previamente las consecuencias negativas acerca de la hiperestimulación sobre todo en edades tempranas, cabe señalar también en este apartado la importancia de respetar los ritmos madurativos y de desarrollo de los hijos, algo que les hará sentirse queridos tal y como son, sin percibir que se les quiere en función de si cumplen con la expectativa de sus progenitores o no.

Así, vemos cómo diferentes autores recomiendan, en definitiva, tiempo y entornos libres de estímulos ya que vivimos en una sociedad, descrita previamente, caracterizada por la productividad constante y un ritmo de vida frenético que algunos padres acaban transmitiendo de una manera u otra a sus hijos. En concreto se recomienda facilitar momentos para “la puesta en práctica de ciertas actividades individuales, como la lectura silenciosa y por placer, la escritura personal o cualquier ejercicio de visualización, meditación o reflexión individual” (Zimmermann y Morgan, 2016, citado en Sánchez, 2019, p.433) los cuales nos ayudarán a “descubrir los beneficios del silencio en un contexto donde la atención suele entrenarse para moverse en espacios siempre llenos de ruido” (Zimmermann y Morgan, 2016, citado en Sánchez, 2019, p.433).

#### **4.3. Establecer límites sin miedo a decir *no***

Como hemos visto, al poner al hijo en el centro de importancia de la casa, en muchas ocasiones se les llega a preguntar multitud de cosas a los hijos para ver si están de acuerdo, si son de su agrado o apetencia. Si bien es cierto que el hecho de preguntar no conlleva algo negativo de por sí, sí que es cierto que hay decisiones que no corresponde tomar a los hijos y por ello no es conveniente preguntarles si es o no de su agrado. Por ejemplo, no corresponde a un niño de 6 años opinar o decidir sobre si se quiere bañar, vestir o a qué hora irse a la cama. Esto es un error puesto que se le da al

hijo un papel y una posición que no le corresponde, lo cual lleva a las consecuencias mencionadas acerca de poner al hijo en el centro de la casa. Es bien sabido que los niños pequeños necesitan cierto orden, cierta rutina y ciertas directrices porque esto les da seguridad, les establece un marco de seguridad en el que vivir. En relación con esto, Millet explica que, en una entrevista con Frost, una reconocida educadora y escritora inglesa gran defensora de las rutinas y los límites “considera que es papel de los padres guiarlos en el día a día, con firmeza y tranquilidad, sin preguntarles constantemente su opinión cuando, además, no están capacitados para darla” (Millet, 2016, p.59). Para darles seguridad, en lugar de preguntarles, “hay que anunciarles que: Es hora de bañarse y ponerse el pijama y, después de cenar, a la cama” (p.60).

Los niños necesitan límites. Los límites les dan seguridad. Un niño sin límites es un niño que siente que está en medio del mar, donde no va a encontrar un borde en el que apoyarse y descansar vaya donde vaya. Sin embargo, en el momento en el que ponemos límites a los hijos, es como si delimitáramos ese mar en el que se encuentra el niño y se encontrase ahora en una piscina. Sabe que a un lado tiene un borde y hacia el otro, otro borde. Sabe que la piscina tiene un fondo y a qué distancia está. Todo ello le proporciona una seguridad, un marco de actuación. Sabe lo que es correcto, lo que no, hasta dónde puede ir y cuándo se está pasando del límite. Todo ello representa una seguridad necesaria para su educación y desarrollo como persona. La psicóloga Silvia Álava explica en una entrevista para La Vanguardia acerca de la ausencia de límites que “los niños necesitan normas y límites, y cuando no los tienen, están muy perdidos, no saben qué es lo que tienen que hacer, qué es lo que se espera de ellos, y tampoco saben qué camino deben elegir” (Macías, 2019, párr. 2). El mundo está lleno de límites. La propia ley y la moral son los límites que regulan el marco de actuación de los adultos que viven en sociedad. Si no educamos desde pequeños a los hijos con límites bien definidos y claros es probable que crezcan con grandes carencias que les pasarán factura tanto a medio como a largo plazo. Abel Domínguez, especialista en psicología infantil indica que, en ausencia de estos límites, el hijo “se puede convertir en un sociópata, que no tenga en cuenta los deseos y derechos de los demás y busque solo satisfacer su hedonismo” (Macías, 2019, párr. 6). Así es de suma importancia establecer límites claros a los hijos desde bien pequeños sabiendo que estos “no anulan, simplemente ayudan a adquirir autocontrol, algo necesario en la vida. Les estamos diciendo a los menores qué se puede hacer y qué no” (Macías, 2019, párr. 5).

*Decir* no es una buena manera de poner límites. Existe una reciente tendencia educativa que consiste en hablar siempre en positivo a los hijos, lo cual tiene sus

beneficios. Sin embargo, hay padres que han entendido que decir no es incompatible con hablar en positivo y por lo tanto lo evitan a toda costa. En *Hiperpaternidad*, Millet defiende citando a Nardone la importancia de decir no:

Hay muchos niños que necesitan oír la palabra “no” más a menudo», insiste Carl Honoré, quien ya observó hace tiempo que «aunque derrochamos tiempo y energía en ayudar a nuestros hijos e hijas a construirse un currículo demoledor, tendemos a ser bastantes inseguros en el frente de la disciplina». Honoré es uno de esos muchos expertos que aboga por la necesidad de «disciplina» y «una mano firme de vez en cuando» porque a los niños los límites no les hacen daño, como tantos creen, sino que «los hacen sentirse seguros y equipados para un mundo construido con normas y compromisos» (Millet, 2016, p.68).

#### **4.4. Educar en el error**

Es necesario que los padres permitan el fracaso de sus hijos, permitan sus errores y equivocaciones. De lo contrario, los hijos pierden algo que es fundamental en la niñez, que es aprender de sus propios errores, aprender a superar las complicaciones y, sobre todo, aprender que equivocarse y fallar es algo normal. Quien aprende a equivocarse y levantarse de nuevo progresa, puesto que aprende de cada fallo. Sin embargo, quien se equivoca y no se levanta se opondrá a la idea de volverse a equivocar y ese es un miedo que paraliza y lleva a un carácter perfeccionista. Como ya se ha comentado, el éxito se alcanza habiéndose levantado antes de muchos fracasos. Antes se mencionaba la importancia de dejar que los niños asuman las consecuencias de sus actos. Esto resulta imposible si como padres no se permite que los hijos lleguen a cometer errores o si cuando los cometen están siempre dispuestos a resolverles el problema. A este respecto Aguiló comenta:

Las dificultades de la vida juegan, en cierta manera, a nuestro favor. El fracaso hace lucir ante uno mismo la propia limitación y, al tiempo, nos brinda la oportunidad de superarnos, de dar lo mejor de nosotros mismos. Es así, en medio de un entorno en el que no todo nos viene dado, como se va curtiendo el carácter, como va adquiriendo fuerza y autenticidad (Aguiló, 2022, párr. 12).

Es natural que los problemas, a medida que se crece, vayan resultando más complejos. El mayor problema de un niño es ir a la escuela sin haber hecho los deberes. Si ante ese problema, de fácil solución, son los padres quienes deciden resolverlo, cuando el hijo crezca y tenga que resolver sus propios errores será incapaz porque nunca se le permitió resolver los que eran pequeños.

De esta incapacidad de afrontar los errores se deriva en muchas ocasiones el carácter perfeccionista de aquél que no está dispuesto a asumir riesgos porque comportan la posibilidad de errar. Pero son muchos los padres perfeccionistas que intentan evitar el

error de sus hijos a toda costa transmitiéndoles así su pánico a errar y su carácter perfeccionista.

Por todo ello, se recomienda, una vez más, cesar esta actitud propia del hiperpadre que observa meticulosamente las acciones de sus hijos. En su lugar, se propone un sano distanciamiento, una sana desatención, un mirar de lejos, observando qué tal se las apaña el hijo a la hora de resolver sus propios problemas. Sería adecuado que los padres apoyen a sus hijos, los animen a levantarse y no estigmaticen ni hagan un drama de los errores de sus hijos. Sería bueno ver en cada fracaso una oportunidad.

Esta propuesta va en consonancia con la recomendación que hace Aguiló a las personas que tienden a ser perfeccionistas: “Si tienes tendencia al perfeccionismo, márcate un límite y decide, y después quédate tranquilo, no pienses más en eso” (Aguiló, 2022, párr. 25).

#### **4.5. Aplicar una sana desatención**

Previamente se ha explicado cómo ciertos comportamientos de los hiperpadres o ciertas tendencias educativas están provocando que cada vez más niños crezcan débiles, frágiles y miedosos. Para remediar esto, Peterson aboga por que los padres permitan a sus hijos asumir un riesgo razonable. Él habla de una negligencia necesaria que, a la hora de asumir estos riesgos, permite que los hijos se enfrenten a situaciones que resultan imprescindibles para su desarrollo ya que implica salir de su zona segura, de su zona de confort y enfrentarse al mundo, con el sufrimiento que esto puede conllevar. Esto se puede concretar en permitir al hijo ir a comprar el pan al otro lado de la calle, en dejar que se levante antes de ir corriendo a recogerle de una caída, permitirle trepar un árbol, dejarle dar un paseo con su hermano o dejarle salir a dar una vuelta en bicicleta. Todo ello supone asumir un riesgo razonable por parte de los padres y a pesar de que suponga un sufrimiento ya que siempre se exponen a un peligro, un padre no puede apartar el mal del mundo para que su hijo viva sin problemas y sin peligros. La única alternativa, como dice Peterson, es preparar al hijo, hacerle más fuerte, transmitirle seguridad. Al contrario, se le hace más débil y se le lanza al mundo sin armas, sin aptitudes, sin tolerancia a la frustración. Es recomendable permitir que el hijo se exponga gradualmente al mal, al sufrimiento y a las tragedias que la vida lleva consigo para que aprenda a lidiar con ello. No se puede proteger completamente a los hijos, lo que se puede hacer es hacerles fuertes y así se protegerán ellos mismos (Peterson, 2017).

Aplicar una sana desatención es algo que propone Eva Millet para muchos de los temas que hemos ido analizando a lo largo del trabajo, la cual trata de “observar sin intervenir. La sana desatención consiste en no anticipar posibles contratiempos, en no ponerse de los nervios ante cualquier posible malestar del niño” (Millet, 2016, p.60). Esto es debido a que precisamente la hiperpaternidad y la sobreprotección son estilos de crianza que en muchas ocasiones exceden el nivel de atención que ponen estos padres sobre sus hijos en diferentes ámbitos. Unos ponen demasiada atención en que su hijo no sufra, otros en que no fracase, otros en que no le pase nada malo, etc. Lo mencionado pone de manifiesto, como se ha comentado en apartados anteriores, un miedo por parte de los padres. Este miedo se acaba transmitiendo a los hijos. Si los padres son la referencia de los hijos, son su seguridad y perciben que el mundo da miedo, serán hijos que vivan también con miedo. Por ello, se propone esta sana desatención y asumir el riesgo razonable.

## 5. CONCLUSIONES

Al inicio de este trabajo de investigación se comentaba que el objetivo era analizar la situación actual en la que se encuentran muchos padres por el modo en el que educan a sus hijos, caracterizados por la hiperpaternidad y la sobreprotección. Para analizar esta realidad, se han ido desglosando distintas causas y consecuencias en apartados y subapartados que permiten llegar a las conclusiones que a continuación se van a comentar. De este modo, el primer objetivo que consiste en analizar la realidad se ha podido lograr.

Gracias a las causas analizadas, se puede situar el fenómeno de la hiperpaternidad en la sociedad tardomoderna y, concretamente, en las clases sociales medias-altas. En esta sociedad del rendimiento, los adultos viven en un *modus operandi* regido por una serie de acciones que llevan consciente o inconscientemente a transmitirlo a sus hijos. Este *modus operandi* se caracteriza por la automotivación y exigencia a la hora de trabajar, que lleva en muchos casos a auto explotarse, llegando a unos límites que pueden ser perjudiciales para la salud mental. Además, la sociedad del rendimiento implica también estar constantemente en actividad y con un exceso de estímulos, el *multitasking*, que lleva al hombre a dejar de ser contemplativo y a ser un simple trabajador.

También se destaca de esta sociedad el hecho de que hay una falta de certezas en la educación y en general en la sociedad. En la modernidad líquida tampoco los adultos tienen claros los fines y, por eso, no son capaces de educar a sus hijos en valores sólidos sino en aquello que está de moda, en lo que se entiende como bueno y útil para cada momento. Por eso, los hiperpadres preparan a sus hijos para todo, para tener un futuro brillante según lo que la sociedad entiende como tal.

La sociedad del bienestar es otra de las causas de la hiperpaternidad. En ella, las necesidades básicas han sido cubiertas y se han creado nuevas necesidades. Además, el control de la natalidad es cada vez mayor y los padres miran más detenidamente el hecho de tener hijos, considerándolo como una carga económica. Esto lleva a que aumente el número de hijos únicos y a que los padres se vuelquen obsesivamente en la educación de los hijos que se conviertan en hiperpadres.

Todos estos elementos descritos son los que llevan a los padres a dar constante atención al hijo y poner en él grandes expectativas en cuanto a rendimiento se refiere. Sin embargo, teniendo en cuenta las consecuencias que se han expuesto a lo largo del trabajo y tal como se había predicho en la hipótesis del inicio, se corrobora que la



hiperpaternidad tiene efectos negativos en los hijos porque no les permite desarrollarse plenamente.

La falta de autonomía, el estrés de los hijos, el ser el centro del hogar, el miedo al fracaso, el perfeccionismo, la hiperestimulación, la mala gestión del aburrimiento, la baja tolerancia a la frustración y los trastornos en la adolescencia son algunas de las consecuencias que tiene la hiperpaternidad en los hijos. Viendo este listado y habiendo analizado con detalle cada una de ellas en los distintos subapartados, se puede concluir que realmente este modelo educativo tiene consecuencias perjudiciales para los hijos y es conveniente buscar soluciones de mejora.

Este análisis de la realidad no debe llevarnos hacia una mirada catastrófica, sino a plantearnos cómo se puede mejorar la educación para que realmente los hijos puedan desarrollarse plenamente. Por este motivo, en el último apartado del trabajo se han ofrecido una serie de propuestas como respuesta al objetivo planteado en la introducción. Estas propuestas responden a las consecuencias negativas que se han comentado anteriormente: desarrollar la autonomía, potenciar la responsabilidad, dejar que los hijos se aburran para que aumente su capacidad creativa y contemplativa, controlar la cantidad de estímulos que tienen constantemente, aceptar y obedecer al “no” y a los límites, aprender de los errores y saber reconducirlos, aprender a valorar el esfuerzo, entre otras.

## 6. BIBLIOGRAFÍA

- ABC. (2020). El 33% de los hogares españoles tiene niños y la mitad de ellos tienen un solo hijo. *ABC*. [https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-33-por-ciento-hogares-espanoles-tiene-ninos-y-mitad-ellos-tienen-solo-hijo-202009150153\\_noticia.html](https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-33-por-ciento-hogares-espanoles-tiene-ninos-y-mitad-ellos-tienen-solo-hijo-202009150153_noticia.html)
- Aguiló, A. A. (2022, 26 junio). *Aprender a equivocarse*. Catholic.net. Recuperado 5 julio 2022, des de <https://es.catholic.net/op/articulos/3792/cat/213/aprender-a-equivocarse.html>
- Sánchez, A. (2016). El aburrimiento como competencia: educación para un mundo sobrestimulado. *Ediciones Universidad de Salamanca*, 93–112. <https://doi.org/10.14201/teoredu201628293112>
- Sánchez, A. (2019). Pedagogía de la atención para el siglo xxi: más allá de una perspectiva psicológica. *Revista Española de Pedagogía*, 77(274), 421–436. <https://doi.org/10.22550/rep77-3-2019-02>
- Arendt, H. (2018). *Entre el pasado y el futuro*. Editorial Planeta Mexicana.
- Bauman, Z. (2006). *Vida líquida*. Editorial Austral.
- Benedicto XVI. (2008). *Discurso del Santo Padre Benedicto XVI a las 58a Asamblea General de la Conferencia Episcopal italiana el 29 de mayo de 2008*. Recuperado des de [http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/speeches/2008/may/documents/hf\\_ben-xvi\\_spe\\_20080529\\_cei.html](http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/speeches/2008/may/documents/hf_ben-xvi_spe_20080529_cei.html)
- Benedicto XVI. (2008). *Mensaje del Santo Padre Benedicto XVI a la diócesis de Roma sobre la tarea urgente de la educación, el 21 de enero de 2008*. Recuperado des de [http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/letters/2008/documents/hf\\_ben-xvi\\_let\\_20080121\\_educazione.html](http://www.vatican.va/content/benedict-xvi/es/letters/2008/documents/hf_ben-xvi_let_20080121_educazione.html)
- Bernstein, H. E. (1975). Boredom and the Ready-Made Life. *Social Research*, 42 (3), 512-537.
- Bite-sized Philosophy. (2017). *Jordan Peterson's Analysis of Sleeping Beauty* [Archivo de Vídeo]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=dUhzBvYfoOk>
- Canadian Paediatric Society. (2017). Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world. *Paediatrics & Child Health*, 22(8), 461–468. <https://doi.org/10.1093/pch/pxx123>.

- Carrón, J. (2020). *Educación. Comunicación de uno mismo*. Asociación Cultural Huellas.
- Claro, F. C. I. (2013, 13 octubre). El aburrimiento no es malo. Es un impulso que nos lleva a actuar en determinadas direcciones. *UNED*. Recuperado 24 de julio de 2022, de <https://www.unedtudela.es/noticias/noticia/2445>
- Cline, F., & Fay, J. (2020). *Parenting with love and logic: Teaching children responsibility*. NavPress Publishing Group.
- Delgado, J. (2021). *Hijo único: ¿Por qué arriesgarse? Etapa Infantil*. Recuperado des de <https://www.etapainfantil.com/hijo-unico>
- Departament d'Ensenyament. (2015). *Decret 119/2015*. Ordenació dels Ensenyaments de l'Educació Primària.
- Epidorou, A. (2014). The bright side of boredom. *Frontiers in Psychology*, 5 (1245). <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2014.01245/full>
- Espíndola Juárez, M. D. L. L., & Granillo Macías, R. (2021). Perspectivas de la escuela tradicional, nueva y contemporánea. *Ingenio y Conciencia*. Boletín Científico de la Escuela Superior Ciudad Sahagún, 8(15), 30–34. <https://doi.org/10.29057/escs.v8i15.6458>
- Eurostat. (2022). *¿Cuántos niños nacieron en 2020?* Recuperado des de <https://ec.europa.eu/eurostat/en/web/products-eurostat-news/-/ddn-20220428-2>
- Fernández, R. (22 de julio de 2021). *Edad media de la maternidad España 1975-2020*. Statista. Recuperado des de <https://es.statista.com/estadisticas/554373/evolucion-de-la-edad-media-de-la-maternidad-en-espana/#:~:text=La%20evoluci%C3%B3n%20de%20la%20edad,a%C3%B1os%20m%C3%A1s%20que%20en%201975>.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., y Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14, 449-468.
- Gálvez, M. E. (2016). Fortalecer la educación de los hijos. Exhortación Apostólica Postsinodal Amoris Laetitia. Medellín. *Biblia, Teología y Pastoral para América Latina y El Caribe*, 42(165), 365-388.
- Ganaprakasam, Charles & Muniandy, Sivan. (2018). Helicopter Parenting and Psychological Consequences Among Adolescent. *International Journal of*

- Hirsch, D. & Goldberg, E. (2010). Hovering practices in and outside the classroom, time to land? *About Campus*, 30-32
- Han, Byung-Chul. (2012). *La sociedad del cansancio*. Herder Editorial.
- Jordan Peterson. (2017). *The overprotective mother or «how not to raise a child»*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=50FbeazFkgs>
- Kouros, C.D., Pruitt, M.M., Ekas, N.V. et al. (2017). Helicopter Parenting, Autonomy Support, and College Students' Mental Health and Well-being: The Moderating Role of Sex and Ethnicity. *J Child Fam Stud* 26, 939–949. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0614-3>
- Kagan, J. (1984). *The nature of the child*. Basic Books.
- L'Ecuyer, C. (2014). The Wonder Approach to Learning. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 764.
- L'Ecuyer, C. (2019). *El uso de las tecnologías digitales en la primera infancia: entre eslóganes y recomendaciones pediátricas*. Lectura digital en la primera infancia. CERLALC (UNESCO).
- L'Ecuyer, C. (2020). *Educación en el asombro*. Editorial Plataforma.
- LeMoyne, T. & Buchanan, T. (2011). Does 'Hovering' matter? Helicopter parenting and its effect on well-being. *Sociological Spectrum*, 31(4), 399-418.
- Lewis C.S. (2017). *El diablo propone un brindis*. Ediciones Rialp.
- Lythcott-Haims, J. (2015). *College-age depression is increasingly tied to helicopter parenting, studies show*. Obtenido de [http://www.slate.com/articles/double\\_x/doublex/2015/07/helicopter\\_parenting](http://www.slate.com/articles/double_x/doublex/2015/07/helicopter_parenting)
- Luri, Gregorio. (2020). *La escuela contra el mundo*. Editorial Ariel.
- Macías, R. N. (2019, 26 noviembre). Esto es lo que pasa cuando los niños crecen sin límites. *La Vanguardia*. <https://www.lavanguardia.com/vivo/mamas-y-papas/20191126/471572603183/educacion-ninos-limites-consecuencias-autocontrol-crecer.html>
- Marchador, A. M. (2021, 20 septiembre). La tiranía del hijo único: ¿se cumple el tópico? *Crónica global*. Recuperado de de

[https://www.google.com/url?q=https://cronicaglobal.elespanol.com/vida/tirania-hijo-unico-topico\\_538635\\_102.html&sa=D&source=docs&ust=1655404528815727&usg=AOvVaw1ZQtjIXNpuCfdquGwUwS-e](https://www.google.com/url?q=https://cronicaglobal.elespanol.com/vida/tirania-hijo-unico-topico_538635_102.html&sa=D&source=docs&ust=1655404528815727&usg=AOvVaw1ZQtjIXNpuCfdquGwUwS-e)

Mayo Clinic. (2017). *Attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) in children - Symptoms and causes*-. Recuperado des de <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/adhd/symptomscauses/syc-20350889>.

Melman, Shari & Little, Steven & Akin-Little, Angeleque. (2007). Adolescent Overscheduling: The Relationship Between Levels of Participation in Scheduled Activities and Self-Reported Clinical Symptomology. *The High School Journal*. 90. 18-30. 10.1353/hsj.2007.0011.

Mendive, G. (2000). *Ni Tanto Ni Tan Poco, La educación familiar en el desarrollo de las habilidades sociales*. Editorial México.

Millet, E. (2016). *Hiperpaternidad. Del modelo "mueble" al modelo "altar"*. Plataforma Editorial.

Nardone, G. (2003). *Modelos de familia. Conocer y resolver los problemas entre padres e hijos*. Editorial Herder.

Ra, C. K., Cho, J., Stone, M. D., De La Cerda, J., Goldenson, N. I., Moroney, E., Leventhal, A. M. (2018). Association of Digital Media Use With Subsequent Symptoms of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Among Adolescents. *JAMA*, 320(3), 255. <https://doi.org/10.1001/jama.2018.8931>.

Ragheb, M. G. (2002). El aburrimiento en el tiempo libre. Una patología que puede impedir potenciar al máximo los beneficios de la educación del ocio. *Adoz. Revista de Estudios de Ocio*, 23, 40-61.

Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23.<sup>a</sup> ed., [versión 23.5 en línea]. <<https://dle.rae.es>> [27/06/2022].

Robles, J. M. (2019, 18 abril). Los beneficios secretos del aburrimiento: te vuelve más inteligente y creativo. *EL MUNDO*. <https://www.elmundo.es/papel/historias/2019/04/18/5cb70885fc6c83317d8b464d.html>

Rosenfeld, A. R., & Wise, N. W. (2010). Read Hyper-Parenting. *Hiper-parenting*. <https://www.hyper-parenting.com/paper.htm>

- Siegel, J. D. (2001). Towards an interpersonal neurobiology of the developing mind: attachment relationships, "mindsight" and neural integration. *Infant Ment. Health J.* 22, 67–94. doi: 10.1002/1097-0355(200101/04)22:1<67::aid-imhj3>3.0.co;2-g
- Stevens Martin, S., Lisa Black, A., & Laura Alessio, A. (2017). PAS Media Contacts: Handheld Screen Time Linked with Speech Delays in Young Children. *Pediatric Academy Societies Meeting*. PAS Press Office.
- Valuetainment. (08 de agosto de 2019). *Consequences of Over Protected Children- Jordan Peterson* [Archivo de Vídeo]. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=LI0opgJ9\\_Ck](https://www.youtube.com/watch?v=LI0opgJ9_Ck)
- Van Tilburg, W. A., and Igou, E. R. (2012). On boredom: lack of challenge and meaning as distinct boredom experiences. *Motiv. Emot.* 36, 181–194. doi: 10.1007/s11031-011-9234-9
- Vinacke, W. E. (1972). *Psicología general*. Magisterio español: S.A
- Watson, J. B. (1930). *Behaviorism*. University of Chicago Press.
- Wellesley Public Media (2012) *You Are Not Special Commencement Speech from Wellesley High School*. [Archivo de Vídeo]. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=\\_lfxYhtf8o4](https://www.youtube.com/watch?v=_lfxYhtf8o4)
- Zimmermann, A. C. y Morgan, W. J. (2016). A Time for Silence? Its Possibilities for Dialogue and for Reflective Learning. *Studies in Philosophy and Education*, 35 (4), 399-413.