



**Facultad de Ciencias Sociales y
de la Comunicación**

Universidad de La Laguna

Parentalidad Positiva:
la importancia de conocer el apego y los estilos
de crianza para mejorar las relaciones familiares

Trabajo Fin de Grado
Grado en Trabajo Social
2021

Autora: Emma Mascareño González
Tutor: Christian Robert Rosales Sánchez

Índice

1. Introducción	3
1.1 Parentalidad Positiva.....	5
1.2 El apego	8
1.3 Estilos parentales	16
1.4 Regulación emocional.....	18
1.5 Riesgos psicosociales.....	20
2. Método	22
3. Resultados	24
3.1 Estilos de apego y su relación con riesgos psicosociales.....	24
3.2 Estilos parentales y su relación con riesgos psicosociales.....	27
3.3 Parentalidad Positiva.....	30
4. Discusión y conclusiones	31
5. Referencias bibliográficas	35

Resumen

En los últimos años se ha dado mayor importancia a la parentalidad positiva. No obstante, hay una escasez de estudios que tratan la parentalidad teniendo en cuenta los tipos de apego, estilos de crianza y riesgos psicosociales. El objetivo de este Trabajo Fin de Grado teórico, es recopilar información acerca de la importancia de establecer una parentalidad positiva en las familias actuales, descubriendo cuáles los riesgos psicosociales para así evitarlos, y conocer los tipos de apego y estilos de crianza, más recomendables. Para la elaboración de este trabajo teórico, se han tenido en cuenta criterios de inclusión y criterios de exclusión en la búsqueda de documentos de diferentes bases de datos. Los resultados muestran, en general, la importancia que tiene la parentalidad positiva junto con un tipo de apego y estilo de crianza adecuado para mejorar el desarrollo de los y las menores, además de las relaciones familiares. Se concluye el que tipo de apego seguro y el estilo educativo democrático son los más recomendables. No obstante, se ve necesario promover la parentalidad positiva debido al desconocimiento de la misma en la sociedad actual, para dotar de herramientas a madres y padres útiles para el desarrollo de su parentalidad.

Palabras claves: Parentalidad positiva, tipos de apego, estilos de crianza, regulación emocional, riesgos psicosociales

Abstract

In recent years, more importance has been given to positive parenting. However, there is a paucity of studies that address parenting taking into account attachment types, parenting styles, and psychosocial risks. The objective of this theoretical work is to collect information about the importance of establishing positive parenting in families, discovering the psychosocial risks in order to know the most recommended types of attachment and parenting styles. Con the elaboration of this theoretical work, inclusion has been taken inclusion criterio and exclusion criteria in order to search documents in different data bases. The results show, the importance of positive parenting along with an appropriate type of attachment and parenting style to improveth the development of children, in addition to family relations. It is concluded that a type of secure attachment and a democratic educational style are the most recommended. However, it is necessary to promote positive parenting due to the lack of knowledge of it in today's society, to offer tools to mothers and fathers useful for the development of their parenting.

Keywords: Positive parenting, attachment types, parenting style, emotional regulation, psychosocial risk

1. Introducción

En la actualidad, existe una gran variedad de modelos familiares. Algunos modelos son más novedosos y otros más obsoletos, con respecto al siglo en el que se vive. El buen desarrollo de una parentalidad positiva se ve afectada por las referencias de apego y estilos parentales en los que se han criado los progenitores. Cabe destacar, que en la Recomendación 19 del Comité de Ministros del Consejo de Europa (2006) a los Estados Miembros sobre Políticas de Apoyo al Ejercicio de la Parentalidad Positiva, muestra la importancia que tiene mejorar la calidad y condiciones de la parentalidad positiva en las sociedades europeas. Asimismo, el Comité de Ministros ha abordado la problemática familiar desde 1959, en la primera conferencia que tuvo lugar en Viena.

La familia es el principal agente de socialización, siendo los progenitores los que presentan el mundo a sus hijos e hijas. Es más, el contexto familiar es muy influyente en el desarrollo psicosocial de los y las menores (Garaigordobil Landazabal, 2005, citado en Balabanian et al., 2015). Así, la calidad del apego que se establece en el seno familiar permite a los menores desarrollarse hasta la adultez, fomentando la empatía, la autorregulación emocional y la construcción del sentimiento de pertenencia (Bowlby 1969;2009; citado en Balabanian et al., 2015). En esta dirección, Hernández (2018) subraya que el apego comienza a desarrollarse en los primeros años de la infancia, lo cual supone un pilar fundamental en la vida de los/as menores ya que se aprenden las habilidades sociales (empatía) y se forma la inteligencia emocional (regulación emocional). Además, este autor señala que para que una relación entre dos personas sea considerada de apego, debe ser una fuerte relación emocional estable, que produzca sensaciones positivas, entre ellas, tranquilidad y felicidad. Asimismo, puede llegar a existir ansiedad por la pérdida o amenaza de la pérdida de la persona con la que se tiene el apego. Es por ello, que, dependiendo del apego que se haya tenido durante la infancia-

adolescencia, éste puede afectar en mayor o menor medida a la vida de la persona, desde la elección de una relación de afecto hasta el progreso de las relaciones interpersonales. Es decir, una relación estable y sólida con el/la cuidador de referencia influye en la capacidad de crear relaciones saludables con otras personas para el resto de su vida (Hernández, 2018). Por tanto, el comprender qué tipo de apego se ha tenido en la infancia puede ayudar a visibilizar los puntos fuertes y débiles de la persona (Menéndez, 2021).

De acuerdo con Bisquerra e Ibarrola (2018), la crianza de los hijos e hijas suele ir relacionada con el hemisferio izquierdo, al que se vinculan las matemáticas, la lingüística, las ciencias, la lógica y lo racional, mientras tanto, el hemisferio derecho pasa muchas veces desapercibido, como si no fuera importante en la educación que dan padres y madres a sus hijos e hijas. Se le da mucha importancia y reconocimiento a lo académico, cuando lo esencial son otras cuestiones para el desarrollo de los y las menores, como lo es la etapa de socialización, la familia y su vínculo como primer agente de socialización, también lo son las emociones. La crianza de los hijos e hijas debe realizarse disfrutando cada etapa de desarrollo mediante el afecto, la cercanía y corrección para formar y educar a los/as mismos/as (Montoya, 2019). Bisquerra e Ibarrola (2018) comentan que el 90% de padres y madres que van a una consulta en centros de psicología, se dirigen alarmados/as por el bajo rendimiento académico, la falta de atención, mala planificación y desgana que observan en sus hijos/as... pero no consultan por su área emocional o social “¿Por qué el manejo de las emociones y las dificultades a la hora de hacer amigos va a ser menos importante que sacar el trimestre adelante o la posibilidad de repetir curso?”.

Los niños y las niñas de manera innata, establecen un vínculo con su persona cuidadora. Este vínculo se denomina apego, un proceso que se desarrolla entre el vínculo que existe entre madres, padres y menores. Existen varios tipos de apego, y el que se

desarrolla da lugar a que se transmita de generación en generación, de manera relacional (Bowlby, 1958; citado en Bisquerra e Ibarrola, 2018). Con los años ha ido aumentando el interés por el apego, muchas investigaciones estudian la influencia que tienen los estilos de apego en las personas.

A raíz de la literatura revisada, el objetivo principal de este trabajo es mostrar la importancia que tiene la parentalidad positiva, la cual es reflejada en la buena relación entre miembros de la familia, la calidad de educación emocional que se les brinda a niños y niñas, prevención de riesgos psicosociales y apego seguro. Se revisarán en este Trabajo Fin de Grado diferentes estudios y programas, con relación a tipos de apego, estilos parentales, regulación emocional y riesgos psicosociales.

1.1 La parentalidad positiva

La parentalidad ha cambiado en la sociedad debido a la gran variedad de formas familiares y la diversidad de sus culturas. No obstante, se ve la necesidad de sustituir el concepto de autoridad parental, el cual, durante muchos años se centraba en la necesidad de lograr obediencia y disciplina en hijos e hijas, por otro más complejo como es el concepto de responsabilidad parental. La responsabilidad parental es ejercer de forma responsable la parentalidad, fomentando los derechos de los niños y niñas, sus capacidades críticas y participativas en la sociedad, además de promover su autonomía. Cuando se habla de parentalidad positiva se refiere a promover vínculos afectivos sanos y protectores estables de los y las menores, en las que los progenitores proporcionan un entorno educativo estructurado, donde se transmiten normas y valores, se brinda apoyo y oportunidades de aprendizaje bajo el reconocimiento de logros y capacidades (todo ello libre de cualquier violencia, pueda ser física, verbal y/o emocional). La parentalidad positiva ofrece a padres y madres información, orientación y reflexión sobre el modelo educativo familiar (Rodrigo et al., 2015).

La parentalidad se produce en una etapa precisa de la vida, donde se crean vínculos entre las personas que forman una familia. Los padres y madres velan por el interés del niño/a para desarrollar sus capacidades, no existe violencia, sino reconocimiento y orientación, también hay límites en la educación, todo ello con la finalidad de un pleno desarrollo infantil. Así, uno de los propósitos de la parentalidad positiva es hacer comprender a las figuras parentales, la importancia de ésta, para conseguir un desarrollo óptimo de sus hijos e hijas (Comité de Ministros del Consejo de Europa, 2006).

La responsabilidad parental tiene en cuenta el interés superior de los y las menores por encima de cualquier otra cosa, ya que son sujetos de derechos. En la actualidad, queda obsoleto otorgar a la figura parental propietaria y responsable de sus hijos e hijas, hoy en día se habla de “objeto de protección” deben respetar y proteger a los/as menores (Rodrigo et al., 2015).

La parentalidad positiva, según Suárez (2018), se fundamenta en: 1) **las habilidades parentales** propias de cada progenitor, las cuales dependen totalmente de ellos. Éstas se centran en su actitud, en su forma de relacionarse con sus hijos e hijas, e incluso en qué relación paterno-filial desarrollan durante la infancia del menor y 2) **el comportamiento y los valores parentales enfocados al interés superior del niño o niña**. De este modo, padre, madre o figura de referencia deben disponer de competencias parentales, cuya finalidad debe ser satisfacer las necesidades de los y las menores para su adecuado desarrollo evolutivo. Entre ellas, destacan (Barudy y Dantagnan, 2010; citado en Suárez, 2018):

- Necesidades nutritivas, de cuidado, de afecto y estimulación, es decir, establecer una buena alimentación, higiene... Además de, aportar estimulación sensorial, emocional y afectiva para construir un espacio seguro para los y las menores.

- Necesidades educativas.
- Necesidades socializadoras, es decir, ayudar a construir su identidad personal.
- Necesidades de protección, padres y madres deben proteger al menor ante todo lo que pueda entorpecer su desarrollo
- Trabajar la resiliencia, padre, madre o figura de referencia debe proporcionar contextos de desarrollo personal para que los hijos y las hijas puedan experimentar y desarrollarse dentro de su etapa evolutiva.

En la Tabla 1, se reflejan las **Áreas Competenciales de la Parentalidad Positiva**.

Estas áreas deben estar presentes en padres y madres para hacer un buen desarrollo de la parentalidad (Rodrigo et al., 2008):

Tabla 1

Áreas Competenciales de la Parentalidad Positiva

Áreas Competenciales	Competencias
• Educativa	Existe calidez y afecto en las relaciones, control y supervisión del comportamiento infantil, estimulación y apoyo al aprendizaje y adaptabilidad a las características del niño o niña.
• Agencia parental	Autoeficacia parental, locus de control interno, acuerdo en la pareja y percepción ajustada del rol parental.
• Autonomía personal, búsqueda de apoyo social	Implicación en la tarea educativa, responsabilidad ante el bienestar del niño o niña, visión positiva del/la menor y de la familia, buscar ayuda o apoyo de personas significativas e identificar y utilizar los

Tabla 1

Áreas Competenciales de la Parentalidad Positiva

Áreas Competenciales	Competencias
• Desarrollo personal	recursos para cubrir las necesidades como madres y padres, además de como adultos. Control de los impulsos y afrontamiento estrés, asertividad y autoestima, habilidades sociales, resolución de conflictos interpersonales, capacidad para responder a múltiples tareas y planificación y proyecto de vida.

Este novedoso modelo de educación, la parentalidad positiva, fomenta tener una mejor relación entre padres, madres, hijos/as debido a que se fortalecen los vínculos porque se pone en práctica el tipo de apego adecuado, el apego seguro. Para este tipo de educación no es necesario fijarse en estilos educativos donde se quiere mostrar la autoridad, el respeto y la obediencia a través del miedo, sino educar de manera responsable para que en un futuro sean personas que defiendan sus derechos, sean capaces de lo que se propongan y aporten su granito de arena para mejorar la sociedad en la que viven, además de tener un fuerte vínculo afectivo y de confianza con sus familiares (Montoya, 2019).

1.2 El apego

En la actualidad, es habitual emplear, erróneamente, los términos apego y vínculo como sinónimos, puesto que, aunque tienen relación no son equivalentes. El apego es un vínculo que busca la proximidad y contacto bajo un sentimiento de afecto, y en él, por

tanto, existe un vínculo con la persona (Gajo, 2014). Sin embargo, el vínculo es una simple unión relacional, por lo que es más adecuado usar el término apego cuando se habla de relaciones con la persona cuidadora en la primera infancia (Burutxaga et al. 2018). Según Gajo (2014) el apego implica varios vínculos que se basan en tres elementos: 1) *las conductas de apego*, son el resultado de la comunicación que existe tras la demanda del cuidado. El/la bebé busca que su persona cuidadora esté pendiente de sus necesidades, lo muestra a través de gritos, sonrisas, agitación, ...; 2) *los sentimientos de apego*, son los sentimientos que surgen hacia uno/a mismo/a y hacia la persona cuidadora, en una buena relación de apego se fomentan sentimientos de afirmación y seguridad; y 3) *la representación mental*, es la representación que realiza el niño o niña de forma interna, es decir, construye lo que ha percibido en su relación para conseguir adaptarse a los siguientes ciclos vitales. Asimismo, este autor señala la existencia de varias fases de construcción del apego:

1. La primera fase surge de 0 a 6 meses: en esta fase se reconoce y se construye a la figura de apego, es decir, a la persona de referencia.
2. La segunda fase surge desde los 6 meses hasta los 3 años: esta es la fase de experimentación y regulación del apego, pues se sabe distinguir quién es la figura de apego de referencia. En esta fase es posible encontrar alejamiento y exploración. Además, se produce estabilidad en el núcleo familiar.
3. La tercera fase comienza desde los 3 años: En esta etapa ya no se entiende a la persona de referencia como figura de apego. El niño/a le siente separada y alejada, es por ello que genera comportamientos complejos como puede ser el enfado o rabia, para intentar activar el apego nuevamente de forma inconsciente
4. La cuarta fase es la adolescencia: En esta etapa se produce un desapego, más tarde un ‘duelo’, y luego se vuelve al apego. Es una etapa en el que el/la adolescente

debe aprender a tolerar ese duelo que genera el desapego. En el final de esta etapa, tanto el/la adolescente como la familia, buscan apego

5. La quinta fase es la vida adulta: ya se ha conseguido el apego mutuo en la familia tras la adolescencia. En relaciones sentimentales de pareja, también existe el apego, pero en ella, pueden haber o no relaciones sexuales.

Uno de los primeros estudios que abordó la relación temprana del niño/a con su madre fue el de Spitz (1935; citado en Hernández, 2018). Este autor observa el desarrollo de los niños y de las niñas abandonados por sus madres que, posterior a ello, eran destinados a orfanatos. Los resultados de sus trabajos subrayan que la madre es la representante del medio y el niño o la niña a través de ella, puede construir la objetividad del medio. A partir de estos hallazgos, Bowlby (1958;1968; citado en Hernández, 2018) plantea una hipótesis en la que afirma que el vínculo que une a los niños y a las niñas a sus madres tiene que ver con su sistema de conducta, y se observa al acercarse a la madre. En este sentido, este autor define el apego como un vínculo afectivo que se establece entre madre e hijo. Esta propuesta ha sido y es en la actualidad, uno de los planteamientos teóricos más consistente del área socioemocional. En concreto, el autor explica que el apego es, por un lado, un sistema motivacional que aparece de forma innata y superviviente para ayudar al menor a mantenerse cercano de su persona cuidadora, <<La propensión a hacer fuertes vínculos emocionales con individuos particulares es un componente básico de la naturaleza humana>>.Y por otro lado, un proceso que lleva al menor a sentirse seguro ante amenazas, además le permite distinguir sus figuras de apego disponibles de las extrañas (Bowlby 1969;2009; citado en Balabanian et al., 2015).

Otra autora fundamental en el estudio del apego es Mary Ainsworth (1962;1964), quien diseñó y aplicó un experimento conocido como *situación extraña para evaluar la calidad del vínculo entre una madre y su hijo*. Ainsworth (1962 – 1964; citado en Dávila,

2015) distingue tres estilos de apego: **apego seguro**, **apego ambivalente-inseguro** y **evitativo-inseguro**. A continuación, se explican los tipos de apego (Menéndez, 2021):

El *apego seguro* se caracteriza en que el niño/a es capaz de separarse del padre y/o madre y ser cuidados/as por otras personas. Además, busca consuelo en su figura de apego y se muestra enfadado/a cuando su figura de referencia se va o se manifiesta contento/a cuando regresa. Padres y madres que desarrollan un apego seguro son personas que dedican mayor tiempo de juego que en otros tipos de apego, reaccionan con rapidez a las necesidades de el/la menor, son más receptivos y emocionales. Se ha demostrado que los niños y las niñas con apego seguro son personas más empáticas, más seguras de sí mismas y maduras (Marrone, 2001; citado en Hernández, 2018). Marrone, asegura con su estudio, que un niños/as con apego seguro juega con los juguetes en una habitación, pero desde que aparece su madre deja de hacerlo, interrumpe el juego, para ser consolado por ella, tras esto, se queda tranquilo y continúa con el juego.

En la adultez, los menores educados con un estilo de apego seguro son capaces de tener buenas relaciones con las demás personas, tienden a tener buena autoestima, disfrutan de las relaciones íntimas, buscan apoyo social y se sienten bien con pareja o amistades. Un estudio ha confirmado que personas con estilo de apego seguro tienen más sentimientos positivos en sus relaciones románticas, que personas con estilo de apego inseguro (Marrone, 2001, citado en Hernández, 2018).

El *apego ambivalente* es un tipo de apego inseguro que se caracteriza por desconfiar en los extraños, en estar muy estresado/a si la figura de apego se va de su lado, o no está. Lo curioso, es que este tipo de apego ya no encuentra consuelo cuando padre o madre vuelve, los rechaza o incluso utiliza violencia para alejarlos. Se asocia con la baja disponibilidad de la figura de apego. Estos niños y estas niñas suelen ser personas inseguras y dependientes (Marrone, 2001; citado en Hernández, 2018). Según Marrone

en su investigación ante el apego ambivalente, observó que varios niños y niñas jugaban en una habitación, sus respectivas madres salen de ella y cuando regresan el niño o no se calma con facilidad, tiende a llorar y no quiere volver a jugar, o puede mostrar también rabia o pasividad. Estos niños se califican como inseguros, ambivalentes o ambivalentes preocupados.

En la edad adulta, a estas personas les cuesta tener contacto con otras, por ejemplo, si tienen pareja, las rupturas son frecuentes por la excesiva y constante preocupación por si la pareja le quiere debido a su inseguridad (Marrone, 2001, citado en Hernández, 2018).

El *apego evitativo* se caracteriza por la evitación del menor hacia su padre, madre o figura de referencia. Esta evitación se puede observar con mayor facilidad cuando la figura de referencia se encuentra ausente en un período de tiempo. Además, no se busca consuelo y no mantiene preferencia diferenciada por esta figura o personas extrañas. Según Marrone (2001) en su estudio, los niños y niñas con apego evitativo tiende a no tener proximidad con su madre, evitarla, no muestran llanto al salir la madre de la habitación, le presentan más atención al juego.

En la etapa adulta, las personas tienen problemas en la intimidad, presentan pocas emociones en sus relaciones ya sean románticas o sociales, si estas relaciones se acaban no presentan angustia por la pérdida, el apego evitativo carece de emociones. Las personas adultas con apego evitativo son más propensas a tener relaciones sexuales ocasionales, suelen evitar la intimidad sexual y/o fantasean con otras personas durante el acto sexual (Marrone, 2001; citado en Hernández 2018).

Tras Ainsworth, los investigadores Main y Solomon (1990) añaden un cuarto estilo de apego, el *apego desorganizado-inseguro*. Este tipo de apego se caracteriza por presentar comportamientos evitativos hacia padre, madre o figura de referencia. El niño o la niña parece confundido/a con la presencia de su figura de referencia, incluso puede

asumir el rol parental, actuando como cuidador/a. El padre y/o madre actúan como figuras que muestran, simultáneamente, miedo y tranquilidad, fomentando el desarrollo de este tipo de apego desorganizado, ya que el/la menor se siente confuso por sentirse consolado en ocasiones y asustado en otras. En la adultez, existen varias personas con trastornos de personalidad que han tenido un estilo de apego desorganizado, estas personas suelen tener distorsiones en la representación de otras personas, también es costoso para ellas formar relaciones de afecto o emocionales (Gayá, 2014).

Otros autores, como Bartholomew y Horowitz (1991) desarrollaron los cuatro estilos de apego principales basados en las experiencias biográficas de las personas. En esta propuesta, tal y como señalan García y Demarzo (2015), existe un modelo de apego seguro y tres modelos de apegos inseguros.

Modelo de apego seguro: es el cuidado infantil adecuado. Los individuos que han recibido este apego desarrollaron confianza en sí mismos y en otros. Además, al sentirse a gusto consigo mismo permite que pueda recibir afecto de otras personas. También se sienten cómodos ayudando y recibiendo ayuda, no es un problema ser dependiente. Este modelo de apego mantiene un equilibrio entre las necesidades afectivas y la autonomía personal.

Modelo de apego preocupado: es el cuidado variable. Los individuos que han recibido este apego han obtenido respuesta adecuada y respuesta nula. Las personas con este modelo son hipervigilantes de la opinión de las demás, tienen una visión negativa de sí mismas, pueden incluso rechazar sus deseos o iniciativas por la aprobación de otras personas. Estas personas presentan baja autoestima, existe dependencia entre sus relaciones interpersonales, estrés y pensamientos negativos. En las relaciones de pareja, la continua preocupación por romper la relación genera celotipia.

Modelo de apego de rechazo o alejado: se caracteriza en que las personas que han recibido este tipo de apego han obtenido respuesta inadecuada o nula. A diferencia del apego preocupado, en este no ha habido ningún período de respuesta adecuada. Los padres y madres que generan este apego suelen presentar, por ejemplo, adicciones y/o trastornos de personalidad, lo cual provoca que estos progenitores, solamente, tengan capacidad atencional para sí mismos, dejándoles, por tanto, sin tiempo ni espacio para sus hijos. Las personas que reciben este tipo de apego muestran desconfianza con otras personas y tienen una visión distorsionada de sí mismas por una autoconfianza compulsiva, a pesar de que otras personas tengan una visión negativa de ellas. En las relaciones de pareja, son personas que muestran una falta de comprensión y empatía, la ausencia de necesidades de afecto, las cuales catalogan como debilidad y una autonomía e independencia a nivel emocional, conocida como autosuficiencia emocional.

Modelo de apego temeroso: el cuidado ha sido frío o violento. Estas personas han recibido rechazo y castigos, suele darse en personas con padres y/o madres, maltratadores, alcohólicos, dependientes de sustancias, o trastornos muy graves. Estos niños y estas niñas no entienden los enfados y castigos, piensan continuamente que hacen las cosas mal, por ello, desarrollan una visión negativa tanto de los otros como de sí mismos. Durante toda la infancia intentan, por un lado, averiguar qué hacen mal y, por otro, cambiar para que no les peguen. Estas personas presentan baja autoestima y afecto negativo, además, les gustaría tener relaciones interpersonales pero inhiben este deseo por miedo al rechazo. En las relaciones de pareja, estas personas tienden a huir al alcanzar cierto grado de intimidad, de forma que la pareja, en su escala de prioridades, es catalogada como algo secundario.

Específicamente, estos autores, García y Demarzo (2015), estiman que el 65% de los niños y las niñas presentan un estilo seguro de apego, mientras que el 35% presenta

alguno de los estilos inseguros descritos. El estilo de apego que han recibido padres y madres predice el estilo de los hijos en un 75%. Los niños y las niñas con apego seguro son más exitosos porque se desarrollan intelectualmente, forman su identidad social y tienen mayor facilidad para adquirir habilidades sociales, que niños y niñas con alguno de los apegos inseguros. En esta dirección, Botella (2005; citado en Dávila, 2015) afirma que los y las menores que han recibido un apego seguro son capaces de dirigirse a su persona cuidadora cuando tienen algún problema, ya que saben con seguridad que estarán disponibles, le tendrá en cuenta y actuará ante su necesidad. Así, este tipo de apego favorece el fortalecimiento del vínculo gracias a la sensibilidad del trato, la disponibilidad, respuesta adecuada, receptividad, calidez y conexión.

Según Pinto et al. (2018) existen ciertas investigaciones que han analizado la influencia del estilo de apego y la presencia de psicopatología en la adolescencia (Camps et al., 2014; Falgares et al., 2017; Madigan et al., 2016). Estos trabajos han identificado la existencia de una relación entre el apego inseguro y síntomas depresivos en adolescentes. Entre concreto, Madigan et al. (2016; citado en Pinto et al., 2018) encontraron relación entre el apego evitativo, preocupado y temeroso con síntomas depresivos y ansiedad, destacando, especialmente, la influencia del apego temeroso en el desarrollo de síntomas psicopatológicos asociados a comportamientos externalizantes como: descontrol de las emociones, agresión e ira y problemas de conducta. Por su parte, Pinto et al. (2018) se observaron mayor presencia psicopatológica (obsesión-compulsión, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, paranoia, sensibilidad interpersonal y psicoticismo) en adolescentes con estilo de apego temeroso. Asimismo, los resultados relacionan el apego temeroso y preocupado con problemas de conducta, oposicionismo, agresión e ira. En definitiva, los y las adolescentes con estilo de apego temeroso son vulnerables a la psicopatología debido a la percepción de sí mismos "self", lo que

incrementa la aparición de la psicopatología y su sintomatología (Pinto et al., 2018). En este sentido, varios estudios han observado que la visión negativa de sí mismo y visión negativa de las demás personas está relacionada con el apego temeroso (Camps et al., 2014; Falgares et al., 2017; citados en Pinto et al., 2018).

1.3 Estilos parentales

Otro elemento central en el desarrollo de los y las menores, es el estilo educativo, también llamado estilo de crianza. Según Chura (2016), los estilos parentales son el conjunto de estrategias y mecanismos de afecto y conducta ejercidos por padres y madres para fomentar el desarrollo y adaptación del/la menor. El niño o niña interactúa en función de las características de su progenitor/a y se influyen recíprocamente.

Estos estilos parentales han sido ampliamente estudiados. En su estudio, destaca la labor realizada por la psicóloga del desarrollo Diana Baumrind. A principios de los años sesenta, Baumrind (1966) investigó y observó de manera detenida a más de 100 niños en edad preescolar, además de entrevistar a sus progenitores. Los hallazgos de sus trabajos culminan con la distinción de tres estilos educativos o de crianza: autoritario, democrático y permisivo. Más tarde, Maccoby y Martin desarrollaron el estilo de crianza indiferente o negligente (Corbin s.f.). Según Baumrind (1966, citado en Acosta et al., 2015) y Maccoby y Martin (1983, citado en Acosta et al., 2015) estos estilos parentales se caracterizan por:

- ***Estilo parental de enseñanza autoritario***: defiende como su propio nombre lo indica, autoridad. En este estilo se fijan reglas estrictas de comportamiento, las cuales deben ser cumplidas sin excepción. Este estilo se conoce como el estilo militar ya que padre y/o madre ejerce el autoritarismo con el fin de la inmediata obediencia. Padres y madres que ejercen este estilo de enseñanza prestan poco

apoyo a los/las menores, no existe posibilidad de que el/la menor de explicaciones, hay muchos castigos, amenazas e incluso puede haber violencia. Los/as menores que siguen este estilo parental suelen desarrollar problemas de autoestima, inseguridad, a veces lo contrario, agresividad con otras personas.

- ***Estilo parental de enseñanza democrático:*** defiende el desarrollo del/la menor, padre y/o madre muestra su apoyo, ponen normas y/o límites pero se tiene en cuenta la opinión del niño o niña. Este estilo promueve la afectividad y la comunicación, esta es esencial para la educación que brindan a los/as menores. También dan refuerzos positivos por tener una buena conducta. Estos niños y estas niñas suelen ser más felices, mejores comunicadores, responsables, expresan sus emociones y gozan de una buena autoestima.
- ***Estilo parental de enseñanza permisivo:*** se caracteriza en que padre y madre dejan las decisiones del menor en su control. Existen muy pocas reglas o salto de éstas. No se establecen límites. Puede presentar en los/las menores, problemas de autoestima y se convierten en personas caprichosas y consentidas.
- ***Estilo parental de enseñanza negligente:*** es parecido al permisivo porque ejercen bajo control en sus hijos/as, pero este a su vez se evade de responsabilidades, son poco afectivos y ponen la responsabilidad en sus propios hijos e hijas, quienes toman sus propias decisiones. Sin embargo, no les sirven de guía y cuando necesitan apoyo no son capaces. Reemplazan el afecto por cosas materiales. Diversos estudios de Morales et al., (2008;2019) enfatizan el papel del estilo de crianza en el desarrollo emocional y el comportamiento. Los estilos parentales predicen las competencias que tendrán las personas en el área socioemocional. El estilo parental paterno, concretamente, se relaciona con las funciones psicosociales, los sentimientos de soledad y depresión (McDowell et al., 2003,

citado en Ramírez et al., 2015). Eisenber et al. (1998) realizaron un modelo heurístico muy complejo, el cual explicaría las vías mediante las cuales madres y padres socializan emocionalmente con sus hijos e hijas. La primera vía es la reacción de padres y madres ante las emociones de sus hijos. La segunda vía es la discusión de progenitores sobre las emociones. La tercera vía es la expresión de las emociones de los padres. Y, por último, la cuarta vía es la selección o modificación de situaciones por padres y/o madres (Nuñez, 2008, citado en Ramírez et al., 2015).

1.4 Regulación emocional

Páez et al. (2010, citado en Ramírez et al., 2015) y Alegre (2011, citado en Ramírez et al., 2015) relaciona la inteligencia emocional y el apego seguro. La inteligencia emocional cobra un papel muy importante en el ámbito psicoeducativo. Es esencial, promover el desarrollo integral de los niños y las niñas mediante la adquisición de competencias para la vida y el bienestar, con herramientas, recursos, experiencias y oportunidades que les ayuden en el proceso (Bisquerra y Pérez-Escoda, 2007; citado en Antonio-Agirre et al., 2017). La inteligencia emocional actúa como un factor facilitador del bienestar y del ajuste sociopersonal y escolar (Martins et al., 2010; Perera y DiGiacomo, 2013; citado en Antonio-Agirre et al., 2017). Es necesario que, los niños y las niñas desarrollen conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes ya que son necesarias para aprender, expresarse, y regular las emociones. Se ha visto la necesidad de desarrollar las competencias emocionales de niños y niñas y, es por ello, que la educación emocional se ha convertido en un elemento esencial en el sistema educativo (Pérez-Escoda et al., 2010; citado en Antonio-Agirre et al., 2017). El apego seguro y la alta inteligencia emocional se asocia con una mejor adaptación y salud mental, ya que sentirse respetado y aceptado favorece al desarrollo de las conductas adaptativas y por tanto, se

disminuyen los actos antisociales. Sin embargo, el apego inseguro fomentaría esas conductas antisociales, habría poca calidez en el clima familiar y menos atención a las emociones (Ramírez et al., 2015). Por tanto, se confirma que la figura de apego seguro, emocionalmente inteligente, cercana, y con un estilo parental democrático, puede transmitir sus habilidades sociales a sus hijos e hijas (Alegre, 2012, como se citó en Ramírez et al., 2015).

Otra rama de la ciencia esencial en la regulación emocional, es la psicología positiva. En la literatura existen diferentes trabajos que han estudiado las emociones positivas, los recursos y las capacidades efectivas de las personas y familias (Seligman 2005;2008, Siegel 2006, Vera Poseck 2007, Vazquez y Hervás 2008, Fernandez-Abascal 2011; citado en Latorre, 2011). A finales del siglo XX, Seligman realizó un discurso en la American Psychological Association sobre la parentalidad positiva, necesaria para desarrollar competencias que ayuden en el desarrollo de los y las menores. Con este discurso, se daba a entender la emoción positiva como una fortaleza personal, ya que las emociones positivas son una fuente de salud, al aportar rasgos positivos a la personalidad. De este modo, es posible afirmar que es necesario desarrollar emociones positivas para que exista una buena parentalidad y desarrollo de la psicoeducación positiva. Uno de los fundadores de la psicología positiva es Seligman (2005), este autor propone incrementar las emociones positivas mediante el contacto físico, el juego, roleplaying, potenciar estrategias para evitar la rivalidad, desarrollar fortalezas, valorar más el esfuerzo que el fracaso, además, algo fundamental es que se debe potenciar lo que cada integrante hace bien dentro de la familia. Se ha demostrado la importancia que tiene la parentalidad positiva en las instituciones públicas ya que el Ministerio de Sanidad y Política Social desarrolló las primeras jornadas sobre parentalidad positiva. Además, han colaborado en

aportar material como guía de las competencias emocionales, educativas y parentales en su propia web (Martinez, 2009 citado en Latorre 2011).

Por otro lado, el Building Family Strengths, realizó una propuesta que propone desarrollar las fortalezas familiares: alegría, humor, optimismo, resiliencia, autoestima, valores etc. Por otro lado, Triple P, (Positive Parenting Program), es un programa que tiene como objetivo desarrollar una parentalidad positiva, se centra en la prevención de problemas familiares (Sanders, 2003;2008; citado en Latorre, 2011).

1.5 Riesgos psicosociales

La calidad de la parentalidad afecta de manera significativa en el desarrollo de los hijos e hijas. La estimulación de dichas necesidades está ligada a las necesidades físicas relacionadas con los estímulos, la percepción, la atención y la memoria (Vargas-Rubilar y Arán-Filippetti, 2014). Según Barudy y Dantagnan (2010) las principales necesidades cognitivas son: a) **Necesidad de estimulación:** necesaria para el desarrollo y aprendizaje. Además, se debe tener un vínculo afectivo con el niño o la niña, ya que es necesario para que se produzca el aprendizaje. Como consecuencia, la ausencia de estimulación puede resultar nociva para el desarrollo del/la menor, así como también su sobreestimulación; b) **Necesidad de experimentación:** la curiosidad es esencial durante los primeros meses de edad, el padre o madre debe satisfacer esta necesidad con respuestas a esas preguntas, por ejemplo; c) **Necesidad de refuerzo:** los niños y niñas necesitan el reconocimiento de sus esfuerzos y logros durante su desarrollo. El refuerzo positivo de los progenitores hace que los niños y niñas corrijan sus errores y fortalezcan sus buenas conductas.

Durante la infancia se aprenden modelos, valores, normas y habilidades que hacen posible la resolución de conflictos, desarrollo de habilidades sociales y regulación emocional, entre otras. Por tanto, el factor principal de influencia y desarrollo en los y las menores, es la familia. Es a destacar la importancia de los factores de riesgo y problemas

de salud mental en la infancia, a causa de no promover la parentalidad positiva, como puede ser la depresión infantil, baja autoestima, problemas de conducta, agresividad... Es por ello, que los cambios en la familia, el estilo de crianza y las relaciones interpersonales pueden afectar en el desarrollo socioafectivo de los hijos e hijas (Martínez, 2010).

Según Cabrera et al. (2006) las interacciones negativas dentro de la familia pueden crear desajustes psicológicos en sus hijos e hijas. Existen factores biopsicosociales relacionados con la salud mental que generan estrés, depresión y agresividad en los progenitores, esto puede afectar al estilo de crianza, apego y relaciones intrafamiliares.

Es importante generar factores de protección para la salud mental, tanto de los y las menores, como la de los progenitores (Martínez, 2010). Entre los factores de riesgo psicosociales que afectan a los y las menores por causa de sus progenitores se encuentran:

1) **depresión**: los problemas emocionales de padres y madres generan prácticas inadecuadas para el desarrollo de los y las menores; 2) **estrés**: se considera relacionado con la depresión, los problemas socioeconómicos y conflictos familiares, esto se traduce en problemas comportamentales de los niños/as. El grado de estrés y su gestión va a depender de la percepción y afrontamiento ante diversas situaciones. En la investigación que realizaron Gewirtz et al. (2008) relacionaron la salud mental de los hijos/as con la de los padres y madres, ya que los traumas de la infancia de los hijos e hijas están relacionados con los eventos traumáticos de los progenitores. Es por ello, tan importante la identificación de los factores de riesgo en la familia y la prevención de los mismos; 3) **parentalidad y desarrollo socioafectivo**: la socialización se produce mediante la crianza, en ella se orienta hacia el desarrollo del niño/a, se transmite un conjunto de valores y normas que le facilitaran ser partícipe de un grupo social. Asimismo, padres y madres contribuyen a responder las necesidades de los y las menores mediante buenas prácticas de crianza. Torío et al. (2008) encontraron que los progenitores de niños entre

cinco y ocho años no tienen un estilo de crianza definido, porque tienen un estilo democrático y otras veces, autoritario, no obstante, debe considerarse lo expuesto para modificar o mejorar las prácticas educativas en la familia; 4) **emociones**: para el desarrollo socioemocional es importante tener en cuenta la reacción que tienen los progenitores ante la respuesta emocional de los hijos e hijas. La investigación que realizaron Estévez et al. (2005) presenta los factores de riesgo para el ajuste psicológico de los y las adolescentes, entre ellos, los problemas de comunicación, también los problemas de educación entre la pareja de progenitores, si la hubiera. Además, analizaron la influencia de los problemas de comunicación familiar en la escuela, encontraron diversos problemas en la salud mental de los y las adolescentes como el malestar psicológico, sintomatología depresiva y estrés. Por otro lado, plantean una visión contraria, pues el ajuste emocional de los/as adolescentes también puede afectar a la comunicación y dinámica de la familia; 5) **parentalidad, estilos de crianza y factores de riesgo en el desarrollo socioafectivo**: un afecto negativo recibido por los progenitores fomenta la conducta agresiva, problemas de atención, y de comportamiento. Un estilo de crianza autoritario ya predice la ansiedad y depresión en niños y niñas, además de problemas sociales. Por lo contrario, la responsabilidad parental, la atención a las necesidades están relacionadas con la aceptación y la receptividad.

2. Método

Para la elaboración de este trabajo teórico, se han tenido en cuenta criterios de inclusión y criterios de exclusión en la búsqueda de información. Entre los criterios de inclusión se encuentran: a) documentos en español; b) documentos con fecha de publicación posterior al año 2015. Por otro lado, entre los criterios de exclusión se encuentran: a) documentos en cualquier idioma que no sea español; b) documentos con fecha de publicación anterior al año 2015.

Para la búsqueda de información se ha consultado la base de datos de Google Académico, debido a la variedad y disponibilidad de información en PDF, además de la facilidad de descarga de los mismos. No obstante, también ha sido fuente de consulta la base de datos de la Universidad de La Laguna, denominada Punto Q, y la base de datos Dialnet.

Las palabras clave que han sido utilizadas en la búsqueda han sido: “Apego”, “Apego y estilos de crianza”, “Apego y riesgos psicosociales”, “Apego y parentalidad positiva”, “Apego y estilos educativos”, “Estilos educativos”, “Estilos de crianza”, “Parentalidad positiva”, “Riesgos psicosociales y parentalidad”, “Riesgos psicosociales y estilos de crianza”. Estas palabras son representadas en la Tabla 2, el criterio de búsqueda fue principalmente el título de los artículos, al igual que la lectura de los resúmenes, resultados y conclusiones.

Tabla 2

Resultados Google académico utilizando los criterios de inclusión

Palabras	Resultados
Apego	23.000
Apego y estilos de crianza	14.600
Apego y riesgos psicosociales	12.500
Apego y parentalidad positiva	13.000
Apego y estilos educativos	16.400
Estilos educativos	15.500
Estilos de crianza	15.900

Tabla 2

Resultados Google académico utilizando los criterios de inclusión

Parentalidad positiva	16.600
Riesgos psicosociales y parentalidad	17.100
Riesgos psicosociales y estilos de crianza	19.900

3. Resultados

3.1 Estilos de apego y su relación con riesgos psicosociales

Guzmán-González et al., (2016) en su trabajo sobre la dependencia emocional y el estilo de apego adulto, confirman que las personas con apego temeroso y evitativo presentan mayores dificultades en desatención y confusión emocional. Esto se traduce en que las personas con apego seguro, tienen menores dificultades en cuanto a regulación emocional. Por otro lado, Valle y De la Villa (2018) afirman que la presencia de una dependencia emocional en el apego adulto, se relaciona con un estilo de apego inseguro y evitativo.

Otra investigación sobre dependencia emocional y estilo de apego adulto (Valle y De la Villa, 2018) confirma las mujeres establecen relaciones emocionales más dependientes que los hombres. Sin embargo, las personas con apego seguro, independientemente de su género, no tienen relación con la dependencia emocional, aunque sí la tiene el estilo de apego inseguro. Además, según este estudio, existe relación entre las personas con apego inseguro y las parejas intermitentes.

En cuanto a la relación entre pareja y violencia física se llega a la conclusión que el estilo de apego inseguro se correlaciona con la población de hombres maltratadores que presentan ansiedad hacia su pareja (Barría, 2015; Pimentel y Santelices, 2017). Sin

embargo, según González (2016) en las personas que recibieron violencia física, predominó el apego preocupado, mientras que las personas con apego seguro no la recibieron.

Según Ordiales et al., (2019) los estilos de apego de los padres, madres o figura de referencia, tienen asociación con el estilo que tendrán sus hijos e hijas. En relación al estudio, estos autores afirman que padres y madres con un estilo de apego seguro tienen hijos o hijas con estilo de apego seguro, padres y madres con un apego ambivalente tienen hijos e hijas con estilo de apego ambivalente, y así consecutivamente con todos los estilos de apego. En cambio, respecto a las habilidades sociales no se han obtenido claras respuestas, no obstante, los niños y niñas con apego seguro con padres y madres con apego seguro, son más propensos a tener mayores habilidades sociales.

Estos estudios han utilizado varios instrumentos, coinciden en el uso del cuestionario Experiences in Close Relationships (ECR) también llamado, Estudio de Relaciones Cercanas, utilizado para evaluar el estilo de apego, además, permite situar a la persona en el estilo de apego correspondiente. En la Tabla 3, se sintetiza las variables de estudio, objetivo y resultados de los principales trabajos analizados sobre los estilos de apego y su relación con riesgos psicosociales.

Tabla 3

Estudios sobre estilos de apego y riesgos psicosociales

Autor/a	Año	Nombre del estudio	Variables	Objetivo	Resultados
Barría	2015	<i>Estilo de apego adultos y creencias en relación con la masculinidad y</i>	Apego, riesgos psicosociales	Se estudian dos constructos teóricos: estilos de apego y	En el grupo de hombres agresores predomina el

Tabla 3*Estudios sobre estilos de apego y riesgos psicosociales*

Autor/a	Año	Nombre del estudio	Variables	Objetivo	Resultados
		masculinidad y femineidad en hombres agresores de su pareja íntima		creencias en relación con la masculinidad y femineidad	estilo de apego ansioso o preocupado y temeroso o desorganizado
González	2016	Asociación entre los estilos de apego y violencia física recibida en relaciones de noviazgo en estudiantes universitarios	Apego y riesgos psicosociales	Se evalúa la asociación entre los estilos de apego y la violencia física en las relaciones de pareja en jóvenes universitarios	Los resultados muestran la relación entre ambas variables, el estilo de apego preocupado ha recibido violencia física y el estilo de apego seguro, no la ha recibido.
Guzmán-González et al	2016	Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en jóvenes universitarios.	Apego, regulación emocional, riesgos psicosociales.	Se evalúa la relación entre estilo de apego y las dificultades de regulación emocional.	El estilo de apego inseguro presenta confusión emocional y por otro lado, el estilo de apego temeroso o preocupado presenta rechazo emocional e interferencia cotidiana

Tabla 3*Estudios sobre estilos de apego y riesgos psicosociales*

Autor/a	Año	Nombre del estudio	Variables	Objetivo	Resultados
Ordiales et al	2019	Relación entre apego paterno e infantil, habilidades sociales, monoparentalidad y exclusión social	Apego, riesgos psicosociales	Se analiza la relación entre el estilo de apego de los progenitores, el que mantienen con sus hijos e hijas y el nivel de habilidades sociales de los mismos en familias monoparentales y monomarentales con riesgo de exclusión social	Se concluye que hay diferencias en el apego de los y las menores en función del apego de sus progenitores. Las habilidades sociales de niños y niñas no se relacionaron con el estilo de apego de los progenitores
Pimentel y Santelices	2017	Apego adulto y mentalización en hombres que han ejercido violencia hacia su pareja	Apego, riesgos psicosociales	Se evalúa el apego adulto y la mentalización de hombres condenados por violencia a su pareja	Los resultados obtenidos indican que los hombres que ejercen violencia hacia su pareja presentan un estilo de apego inseguro y mayor ansiedad hacia su pareja, frente a hombres con apego seguro
Valle y De la Villa	2018	Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles	Apego, riesgos psicosociales	Se examinó la relación entre la dependencia emocional y los diferentes estilos de apego adulto teniendo en cuenta el género, la edad y el historial de parejas de jóvenes españoles/as	La dependencia emocional en el apego adulto, es mayor en el estilo de apego temeroso, frente a la ausencia de la misma en el estilo de apego seguro

3.2 Estilos parentales y su relación con riesgos psicosociales

Fuentes et al., (2015), en su estudio sobre socialización y ajuste psicológico, confirmaron que, si los progenitores muestran afecto y cariño, y utilizan el apoyo y la

comunicación para corregir conductas, tienen, sus hijos e hijas, menores probabilidades de tener problemas de desajuste psicológico, gracias al aumento del autoconcepto. Es por ello, que varios hallazgos enfatizan en que cuanto mayor sensación de apoyo, afecto, disponibilidad y comunicación haya en un estilo parental positivo, habrá menores respuestas negativas y conductas desajustadas en sus hijos e hijas (Fuentes et al., 2015; Rosa-Alcázar et al., 2019).

En cuanto a la relación entre estilo autoritario y violencia, se evidenció que el autoritarismo crea una actitud favorable hacia la violencia, por lo que esto se puede traducir a que existan conductas violencias por partes de los hijos e hijas de las personas que empleen este estilo de crianza (Jiménez-Barbero et al., 2016; Gómez-Ortíz et al., 2015). En este sentido, Fuentes et al. (2015), subraya que el estilo autoritario, con sus conductas de imposición genera un menor autoconcepto en todas las dimensiones: emocional, familiar, académico... Además, este estilo fomenta la inestabilidad emocional, la autoestima negativa y la visión negativa del mundo. Sin embargo, las personas que presentan un estilo parental democrático, poseen mejores resultados académicos, y mejores resultados en los criterios de ajuste psicológico, por lo que es el más recomendado. En la Tabla 4, se sintetiza las variables de estudio, objetivo y resultados de los principales trabajos analizados sobre los estilos parentales y su relación con riesgos psicosociales.

Tabla 4

Resultados obtenidos sobre estilos parentales

Autor/a	Año	Nombre del estudio	Variables	Objetivo	Resultados
Fuentes et al	2015	<i>Estilos parentales de socialización y ajuste psicológico. Un estudio con jóvenes españoles</i>	Estilos parentales, riesgos psicosociales	Analizar qué estilo se relaciona con el mejor ajuste psicológico de los jóvenes	Tras la obtención de resultados, se destaca la importancia de la implicación afectiva de padres

Tabla 4*Resultados obtenidos sobre estilos parentales*

Autor/a	Año	Nombre del estudio	VARIABLES	Objetivo	Resultados
				españoles/as	y madres en la socialización de los y las menores para el adecuado ajuste psicológico y emocional de los/las jóvenes
Gómez-Ortíz et al	2015	Los estilos educativos paternos y maternos en la adolescencia y su relación con la resiliencia, el apego y la implicación en acoso escolar	Estilos parentales, riesgos psicosociales	Se establece una relación entre los estilos parentales, y se examina la relación entre padre, madre y menor, mediante la resiliencia, el apego y la implicación en bullying	Se observaron diferencias en ajuste adolescente, y se refleja que el mejor ajuste es el estilo democrático
Jimenez-Barbero, et al	2016	Actitudes hacia la violencia, impulsividad, estilos parentales y conducta externalizada en adolescentes: comparación entre una muestra de población general y una muestra clínica	Estilos parentales, riesgos psicosociales	Se compara adolescentes de población general sin diagnóstico de Trastornos de Conducta Externalizantes (TCE) con adolescentes de una muestra clínica	Los resultados indican que la conducta externalizada está relacionada con la impulsividad, pero también intervienen otros factores como la socialización familiar y cultural del adolescente
Rosa-Alcázar, Á. et al	2019	Estilos educativos parentales y emociones como predictores de respuestas obsesivo-compulsivas en población adolescente.	Estilos parentales, riesgos psicosociales	Se analizan las variables emocionales y familiares con respuestas obsesivo-compulsivas	Este estudio determina que el optimismo, la tolerancia a la frustración y las relaciones de confianza, actúan como factores de protección frente a

Tabla 4

Resultados obtenidos sobre estilos parentales

Autor/a	Año	Nombre del estudio	VARIABLES	Objetivo	Resultados
					los pensamientos obsesivo-compulsivos

3.3 Parentalidad positiva

Con respecto a los resultados de varios estudios sobre programas de educación parental, se confirma que los progenitores han mejorado sus conocimientos y ha habido una gran mejora del estilo parental mediante las intervenciones que han sido realizadas por los proyectos, no obstante, un programa con una duración determinada, no es suficiente, ya que algunas familias han presentado necesidades de orientación tras haber finalizado el programa. Por otra parte, aunque han participado mayor número de madres frente a padres, de ambos programas, el estudio de Torío-López et al., (2016), ha incluido la novedad de un requisito para poder ser participante del programa, la participación de ambos miembros de la pareja, si la hubiera.

Pese a los inconvenientes presentados, se han mejorado las relaciones familiares, habilidades sociales y reducción del estrés parental, en todos los programas sobre educación parental y parentalidad positiva (Torío-López et al., 2016; Vázquez et al., 2016; Vargas-Rubilar et al., 2018). En la Tabla 5, se sintetiza las variables de estudio, objetivo y resultados de los principales trabajos analizados sobre parentalidad positiva.

Tabla 5*Resultados obtenidos sobre parentalidad positiva*

Autor/a	Año	Nombre del estudio	Variables	Objetivos	Resultados
Torío-López et al	2016	Evolución de la parentalidad positiva: Estudio longitudinal de los efectos de la aplicación de un programa de educación parental	Parentalidad positiva	Estudiar la eficacia de un programa llamado Construir lo cotidiano: un programa de educación parental	Las familias han presentado necesidades formativas, además de problemas con el asesoramiento y la orientación escolar
Vargas-Rubilar et al	2018	Programa de promoción de parentalidad positiva en la escuela: un estudio preliminar en un contexto de vulnerabilidad social	Parentalidad positiva	Estudio de un programa de fortalecimiento parental desde la valoración de madres y sus hijos e hijas	El programa fue favorable para las familias ya que produjo un cambio, se consiguió la mejora de la parentalidad
Vázquez et al	2016	Efecto de una intervención de promoción de la parentalidad positiva sobre el estrés parental	Parentalidad positiva	Este estudio analiza el Programa de desarrollo de habilidades parentales para familias con el fin de evaluar si gracias a la parentalidad positiva se ha conseguido reducir el estrés parental	Se confirma que han fomentado las habilidades sociales para el desarrollo de la parentalidad positiva, a través de la reducción de estrés parental

4. Discusión y conclusiones

En la actualidad, muchas personas desconocen la Parentalidad Positiva. Por ello, los objetivos del presente trabajo se centraron en estudiarla, y en analizar los estilos de apego, estilos parentales, regulación emocional y riesgos psicosociales.

A partir de la revisión bibliográfica realizada, es posible afirmar que la parentalidad positiva mejora la calidad de vida de hijos e hijas, además de mejorar las

relaciones intrafamiliares. En concreto, en primera instancia, una gran cantidad de investigaciones se centran en los tipos de apego. Así, son pocos los trabajos que examinan la parentalidad positiva como constructo teórico y el origen del mismo. Además, se observa la ausencia de estudios que aborden los riesgos psicosociales futuros de los y las menores en relación al estilo de crianza y tipo de apego inadecuado.

A raíz de los estudios presentados, analizados e integrados en el presente Trabajo Fin de Grado, en relación con el papel de los estilos de apego y estilos de crianza sería necesario hacer más investigaciones sobre los riesgos psicosociales que éstos causan para promover la parentalidad positiva. Puesto que, aunque, variedad de autores/as han subrayado la importancia de la parentalidad positiva (Comité de Ministros del Consejo de Europa, 2006; Montoya, 2019; Rodrigo et al., 2015) aún queda camino por recorrer.

Con respecto a la importancia de los estilos parentales y su relación con riesgos psicosociales, sería interesante enfocarse en promover desde los centros educativos, un estilo de crianza democrático en las familias. De este modo, es fundamental que se promueva un estilo democrático para actuar como factor de protección hacia los posibles riesgos psicosociales (Torío-López et al., 2016; Vargas-Rubilar et al., 2018)

En cuanto a la parentalidad positiva, Rodrigo et al. (2015) señalan que ofrece a padres y madres información, orientación y reflexión sobre el modelo educativo familiar. En cambio, hoy en día, aunque se publicita, no llega esta información a todas las familias, ya que también depende de las actividades que organice el centro educativo y la importancia que éste le dé a la promoción de la parentalidad positiva, por lo que sería conveniente formar y sensibilizar no sólo a madres y padres, sino a todas las personas de la comunidad educativa para que se puedan realizar este tipo de formaciones/actividades en los centros.

Este trabajo de revisión no está exento de limitaciones. En primer lugar, solamente se han abordado estudios escritos en español. Así, en futuras revisiones, sería necesario examinar los resultados obtenidos en trabajos escritos en otros idiomas. Y, en segundo lugar, otra limitación de este trabajo puede estar asociada a la dificultad que se ha encontrado con respecto a la cantidad de investigaciones sobre parentalidad positiva. De este modo, sería conveniente que se realicen más investigaciones sobre la parentalidad positiva y los riesgos psicosociales que pueden darse si no existe una parentalidad adecuada.

A pesar de estas limitaciones, este Trabajo Fin de Grado ha aportado las siguientes conclusiones a la literatura sobre la parentalidad positiva, los tipos de apegos, estilos parentales y los riesgos psicosociales:

- 1) Para que pueda existir parentalidad positiva los progenitores deben poseer o desarrollar ciertas habilidades sociales.
- 2) Gracias a la parentalidad positiva existen mejores relaciones intrafamiliares y reducción del estrés parental.
- 3) El apego seguro es el estilo de apego más recomendable para favorecer al desarrollo de los y las menores, habilidades sociales y autoestima.
- 4) La parentalidad se entiende como un ciclo intergeneracional, dependiendo del estilo de crianza que hayan proporcionado los progenitores, existirán más probabilidades de que se genere el mismo estilo en los hijos e hijas, no obstante, la persona puede ser consciente de que ha recibido un estilo de crianza inadecuado, y fomentar sus habilidades para el desarrollo de una parentalidad positiva en la familia que ha formado.
- 5) Las familias que proporcionan afecto y apoyo mediante un estilo de crianza democrático y un tipo de apego seguro, sus hijos/as tienen un desarrollo más

óptimo y menor riesgo psicosocial, que otros niños y niñas con otro estilo de crianza y tipo de apego.

- 6) La educación emocional es muy importante en el desarrollo integral de los y las menores, es por ello que padres y madres deben disponer de ciertas habilidades con respecto a la inteligencia emocional.
- 7) Los niños y niñas tienen varias necesidades psicosociales, si éstas no se cumplen, se favorece la aparición de factores de riesgo psicosociales, como el estrés, la depresión y la agresividad, entre otros.

5. Referencias

- Antonio-Agirre, I., Esnaola, I. y Rodríguez-Fernández, A. (2017). La medida de la inteligencia emocional en el ámbito psicoeducativo. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*. Vol 88, 53-64.
- Balabanian, C., Lemos, V. y Vargas Rubilar, J. (2015). Apego percibido y conducta prosocial en adolescentes. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*. Vol 6, 278-294.
- Barría, J. (2015). Estilo de apego adultos y creencias en relación a masculinidad y femineidad en hombres agresores de su pareja íntima. *Revista Austral de Ciencias Sociales*. Vol 29, 107-123. DOI: 10.4206/rev.austral.cienc.soc.2015.n29-06
- Barudy, J. y Dantagnan, M. (2010). *Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de competencias y resiliencia parental*. Barcelona: Gedisa
- Bisquerra, R., e Ibarrola, B. (2018). *Educación emocional y apego: Pautas prácticas para gestionar emociones en casa y en el aula*. Planeta S.A
- Burutxaga, I., Pérez-Testor, C., Ibáñez, M., De Diego, S., Golanó, M., Ballús, E. y Castillo, J. (2018). Apego y vínculo: propuesta de delimitación y diferenciación conceptual. *Temas de psicoanálisis*. Vol 15, 1-17.
- Capano, A. y Ubach, A (2015). Estilos parentales, parentalidad positiva y formación de padres. *Ciencias Psicológicas*. Vol 7.1, 83-95.
- Chura, K. (2016). *Estilos parentales e indicadores de salud mental adolescente*. Temática Psicológica. DOI: <https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2016.n12.1071>
- Consejo de Europa (2006). *Recomendación Rec 2006/19 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre políticas de apoyo a la parentalidad positiva*. Comité de Ministros.

- Corbin, J (s.f). *Los cuatro estilos educativos: ¿cómo educas a tus hijos?*. Psicología - online. Recuperado el 9 abril 2021. <https://www.psicologia-online.com/el-apego-el-vinculo-especial-madre-hijo-3139.html>
- Dávila, Y. (2015). La influencia de la familia en el desarrollo del apego. *Anales. Revista de la Universidad de Cuenca*. Vol 57, 121-130.
- Fuentes, M., García, J., Gracia, E. y Alarcón, A. (2015). Los estilos parentales de socialización y el ajuste psicológico. Un estudio con adolescentes españoles. *Revista de psicodidáctica*. Vol 20, 117-138. DOI: 10.1387/RevPsicodidact.10876
- Gago, J. (2014). Teoría del apego. El vínculo. *Escuela Vasco Navarra de Terapia Familiar, 11*, 1-11.
- García, J. y Demarzo, M. (2015). *Mindfulness y compasión: la nueva revolución*. Siglantana.
- Gayá, B., Molero, R. y Gil, M. (2014). Desorganización del apego y el trastorno traumático del desarrollo. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*. Vol 3, 375-384. DOI: <http://dx.doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.515>
- Gómez-Ortiz, O., Del Rey, R., Romera, E. y Ortega-Ruiz, R. et al. (2015). Los estilos educativos paternos y maternos en la adolescencia y su relación con la resiliencia, el apego y la implicación en acoso escolar. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*. Vol 31, 979-989. DOI: <https://doi.org/10.6018/analesps.31.3.180791>
- González, G., Contreras, V., Martínez, A. y Rojo, C. (2016). Asociación entre los estilos de apego y violencia física recibida en relaciones de noviazgo en estudiantes universitarios. *Revista argentina de clínica psicológica*. Vol 25, 177-185.
- Guzmán-González, M., Carrasco, N., Figueroa, P., Trabucco, C. y Vilca, D. (2016). Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en jóvenes

universitarios. *Psykhē*. Vol 25, 1-13. DOI:
<http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.25.1.706>

Hernández, E. (10 octubre 2018). *El apego: el vínculo especial madre - hijo*. Psicología - online. Recuperado el 8 abril 2021. <https://www.psicologia-online.com/el-apego-el-vinculo-especial-madre-hijo-3139.html>

Jiménez-Barbero, J., Ruiz-Hernández, J., Velandrino-Nicolas, A. y Llor-Zaragoza, L. (2016). Actitudes hacia la violencia, impulsividad, estilos parentales y conducta externalizada en adolescentes: comparación entre una muestra de población general y una muestra clínica. *Anales de psicología*. Vol 32, 132-138. DOI: <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.32.1.195091>

Latorre, F. L. (2011). Parentalitat positiva. Les bases de la construcció de la persona. *Educació social. Revista d'intervenció socioeducativa*. Vol 49, 71-89.

Martín-Ordiales, N., Saldaña, E. y Morales, A. (2019) Relación entre apego paterno e infantil, habilidades sociales, monoparentalidad y exclusión social. *Revista de Psicología Clínica con niños y adolescentes*. Vol 6, 44-48. DOI: 10.21134/rpcna.2019.06.2.6

Menéndez, M. (19 de enero 2021). *Tipos de apego y sus consecuencias*. Psicología - online Recuperado el 8 abril 2021 <https://www.psicologia-online.com/tipos-de-apego-y-sus-consecuencias-3830.html>

Narváez, A (2019). *Comunicación educativa, educomunicación y educación mediática: una propuesta de investigación y formación desde un enfoque culturalista*. Palabra Clave, 22(3). DOI: <https://doi.org/10.5294/pacla.2019.22.3.11>

Pimentel, V. y Santelices, M. (2017). Apego adulto y mentalización en hombres que han ejercido violencia hacia su pareja. *Psykhē*. Vol 26, 1-16. DOI: <http://dx.doi.org/10.7764/psykhe.26.2.915>

- Pinto-Cortéz, C., Beyzaga, M., Fernanda, M., Oviedo, X. y Vergara, V. (2018). Revista de psicología clínica con niños y adolescentes. *Apego y psicopatología en adolescentes del Norte de Chile*. Vol 5 (3), 23-29. DOI: 10.21134/rpcna.2018.05.3.3
- Ramírez, A., Ferrando, M y Sainz, A. et al (2015). *¿Influyen los estilos parentales y la inteligencia emocional de los padres en el desarrollo emocional de sus hijos escolarizados en 2º ciclo de Educación Infantil?*. Acción Psicológica. DOI: <https://dx.doi.org/10.5944/ap.12.1.14314>
- Rodrigo, M., Amorós, P., Arranz, E., Hidalgo, M., Máiquez, M., Martín, J., Martínez, R., Ochaita, E., Balsells, M., Fuentes-Peláez, N., Mateos, A., Molina, M., Pastor, C., Espinosa, M., Agustín, S., Gutiérrez, H., Becedóniz, C., Pérez, M., Rodríguez, B., Iglesias, M., Olabarrieta, F., Manzano, A., Martín, J., Jiménez, L., Lorence, B., Álvarez-Dardet, S., Sánchez, J., Federación Española de Municipios y Provincias. y Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2015). *Guía de buenas prácticas en parentalidad positiva. Un recurso para apoyar la práctica profesional con familias*.
- Rosa-Alcázar, Á., Parada-Navas, J., Olivares-Olivares, P., Bernal, C. y Rosa-Alcázar, A. (2019). Estilos educativos parentales y emociones como predictores de respuestas obsesivo-compulsivas en población adolescente. *Terapia psicológica*. Vol 37, 241-254. DOI: <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082019000300241>
- Suarez, G. (6 junio 2018). *Parentalidad: ¿de qué hablamos cuando nos referimos a ella?*. Rubén Suárez Psicólogo. Recuperado el 4 de mayo 2021 <https://www.rubensuarezpsicologo.com/parentalidad/>
- Torío-López, S., Peña, J., García, O., e Inda-Caro, M. (2019). Evolución de la Parentalidad Positiva: Estudio longitudinal de los efectos de la aplicación de un

programa de educación parental. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*. Vol 22, 109-126. DOI: <https://doi.org/10.6018/reifop.389621>

Valle, L. y De la Villa, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*. Vol 9. DOI: <https://doi.org/10.23923/j.rips.2018.01.013>

Vargas-Rubilar, J., y Arán-Filippetti, V. (2014). Importancia de la Parentalidad para el Desarrollo Cognitivo Infantil: una Revisión Teórica. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. Vol 12 (1), 171-186. DOI:10.11600/1692715x.1219110813

Vargas-Rubilar, J., Richaud, M. C., y Oros, L. (2018). *Programa de promoción de la parentalidad positiva en la escuela: un estudio preliminar en un contexto de vulnerabilidad social*. DOI: <https://doi.org/10.16925/pe.v14i23.2265>