



Universidad Internacional de La Rioja
Facultad de Educación

Máster Universitario en Orientación Educativa Familiar

**Escuela de Familias para el trabajo de la
autonomía en niños de 6 a 12 años**

Trabajo fin de estudio presentado por:	Javier Merino Jiménez
Modalidad	Individual
Tipo de trabajo:	Propuesta de orientación familiar
Línea de trabajo:	Nivel educativo: escuela de familias.
Director/a:	Dra. M.ª Fátima Olivares Iglesias
Fecha:	16 de julio de 2025

Resumen

El presente Trabajo Fin de Máster tiene como objetivo diseñar una Escuela de Familias que fomente el desarrollo de la autonomía, la responsabilidad y la toma de decisiones en niños de Educación Primaria (6 a 12 años). Parte de la premisa de que la familia es el primer entorno de socialización y que el estilo educativo de los padres influye profundamente en la formación integral de los menores. En un contexto marcado por la globalización, el avance tecnológico y los cambios sociales, se destaca la necesidad de adaptar las prácticas de crianza al siglo XXI. A través de una propuesta estructurada en 3 sesiones formativas, esta Escuela busca empoderar a madres, padres y cuidadores con herramientas basadas en la parentalidad positiva y el estilo educativo autoritativo. Se espera promover una comunicación afectiva y respetuosa, el establecimiento de límites claros y el acompañamiento en la toma de decisiones, favoreciendo así el crecimiento de niños autónomos, responsables y emocionalmente equilibrados.

Palabras clave: Autonomía, responsabilidad, estilo educativo, parentalidad positiva, segunda infancia.

Abstract

The aim of this Master's Thesis is to design a School for Families that promotes the development of autonomy, responsibility, and decision-making in Primary Education children (ages 6 to 12). It is based on the premise that the family is the first environment for socialization and that parents' educational styles profoundly influence the holistic development of children. In a context shaped by globalization, technological advancement, and social change, the need to adapt parenting practices to the 21st century must be emphasised. Through a structured proposal of 3 training sessions, this Family School seeks to empower mothers, fathers, and caregivers with tools based on positive parenting as well as the authoritative educational style. It is expected to promote affective and respectful communication, the establishment of clear boundaries, and guidance in decision-making, thus fostering the growth of autonomous, responsible, and emotionally balanced children.

Keywords: Autonomy, responsibility, educational style, positive parenting, middle childhood.

Índice de contenidos

1.	Introducción	7
1.1.	Justificación de la temática	8
1.2.	Planteamiento del problema	10
1.3.	Objetivos del TFE	11
1.3.1.	Objetivo General.....	11
1.3.2.	Objetivos específicos	11
2.	Marco Teórico	13
2.1.	Estilos educativos parentales y desarrollo de la autonomía	13
2.1.1.	Concepto de autonomía	13
2.1.2.	Los estilos parentales y su influencia en el desarrollo de la autonomía en niños en edad escolar	15
2.1.3.	Estilos de Crianza promotores de la Parentalidad Positiva	17
2.2.	La comunicación familiar para el desarrollo de la autonomía.....	19
3.	Diseño de la propuesta de orientación educativa familiar	22
3.1.	Presentación	22
3.2.	Maco legislativo y contexto	22
3.3.	Objetivos.....	23
3.4.	Contenidos.....	24
3.5.	Metodología a utilizar en las sesiones de la intervención	24
3.6.	Temporalización	25
3.7.	Recursos necesarios para implementar la intervención	25
3.8.	Desarrollo de la propuesta de orientación.....	26
3.9.	Evaluación	36
4.	Conclusiones.....	38

5. Limitaciones y prospectiva	41
5.1. Limitaciones	41
5.2. Prospectiva	42
Referencias bibliográficas.....	44
Anexo A. Tareas que los niños pueden realizar solos según su edad (6 a 12 años)	47
Anexo B. Mitos vs Realidad	48
Anexo C. Soltar el control	49
Anexo D. Cuestionario de autoevaluación final	50
Anexo E. Rúbrica de evaluación.....	52

Índice de tablas

Tabla 1. <i>Distribución temporal de las sesiones</i>	25
---	----

1. Introducción

La familia representa el primer espacio de socialización para los niños. Es dentro del hogar donde los pequeños aprenden a interactuar con otras personas y con el mundo, por lo que se espera que el entorno familiar se base en el respeto mutuo, esté libre de cualquier tipo de violencia y promueva el desarrollo integral de todos sus integrantes (Molina, 2022). Según Martínez (2024), el adecuado crecimiento infantil depende en gran medida de la calidad y estabilidad del vínculo socioafectivo que el niño establece con las figuras más importantes de su vida. Así, la relación que los niños construyen con sus padres desde los primeros años tiene un impacto directo en la formación de su personalidad y, por ende, en su comportamiento.

El mundo actual, en el que crecen los niños, presenta retos y demandas que años atrás eran impensables, retos cada vez más complejos. La globalización, la presencia tecnológica en todos los ámbitos de la vida, los cambios en las estructuras familiares y la creciente presión social han dado lugar a una serie de desafíos que afectan directamente al desarrollo integral de los más pequeños. Sería incorrecto o poco fructífero aplicar las mismas técnicas de enseñanza del siglo pasado, o educar como educaron a los adultos de hoy. Los infantes del siglo XXI tienen necesidades específicas que resolver, entre ellas la vinculación con el sector laboral, el desarrollo de habilidades para el futuro, la motivación y automotivación (Castillo y Martínez, 2023).

El desarrollo de la autonomía, la responsabilidad y la toma de decisiones durante la infancia suponen un aspecto fundamental para la formación integral de los niños, ya que, estas resultan competencias clave para lograr su bienestar emocional, social y académico, además de contribuir significativamente en la formación de adultos plenos (García, 2019). Es en la etapa de la Educación Primaria, cuando los niños dan los primeros pasos hacia la construcción de su identidad personal; además, es una etapa de gran expansión social y de adquisición de habilidades necesarias para la vida adulta. Sin embargo, en la actualidad se pueden observar diversos problemas generalizados que están afectando significativamente al correcto desarrollo de estas competencias. Factores como el exceso de intervención y sobreprotección por parte de los adultos, la presión académica, la falta de modelos educativos que promuevan la toma de decisiones y la reflexión.... Y no olvidar, la creciente dependencia a los dispositivos

electrónicos y a las redes sociales, a la tecnología en general, la cual nos ofrece información y soluciones tan inmediatas que reduce nuestra necesidad de reflexionar y tomar decisiones.

Este Trabajo de Fin de Máster tiene como principal objetivo el diseño de una Escuela de Familias que proporcione a las familias herramientas para favorecer el desarrollo de la autonomía en familias con hijos que se encuentran cursando la etapa de Educación Primaria, es decir, de los 6 a los 12 años. A través de un espacio formativo y de aprendizaje, se busca empoderar a las familias para que puedan acompañar a sus hijos/as en su proceso de crecimiento, proporcionando un entorno que promueva su desarrollo emocional y cognitivo, y sean capaces de tomar decisiones y emitir juicios fundamentados, destrezas que serán indispensables para su formación como ciudadanos comprometidos y reflexivos, capaces de afrontar los retos del siglo XXI.

De este modo, la propuesta de esta Escuela de Familias pretende no solo ofrecer un espacio de formación, sino también fomentar un cambio en la dinámica familiar, favoreciendo la creación de vínculos más fuertes y saludables, y contribuyendo al desarrollo de niños que, en el futuro, serán capaces de tomar decisiones de manera responsable, gestionar su autonomía y asumir sus obligaciones con confianza.

1.1. Justificación de la temática

La sociedad del presente demanda cada vez más individuos formados y capaces de cumplir con las exigencias y los desafíos del momento, no haciendo alusión únicamente a términos académicos, sino también en la capacidad para ser autónomos, responsables y tomar decisiones de manera efectiva. Estas habilidades resultan esenciales para el bienestar y éxito personal, y permitirá a los niños enfrentarse a los retos de la vida con confianza y seguridad (Castillo y Martínez, 2023).

Los padres, como los primeros y más importantes educadores de sus hijos, tienen un papel crucial en la formación de estos valores y competencias (Martínez Chairez et al., 2020). La manera de educar, los principios y métodos que utilizan influyen profundamente en el desarrollo de la autonomía, la responsabilidad y la toma de decisiones, aspectos que son fundamentales para el desarrollo de personas plenas y capaces de enfrentar las exigencias del mundo moderno. Por ello, la temática central de este TFM está centrada en la exploración de

los diferentes estilos educativos y su relación con el desarrollo de habilidades clave en los niños, resulta de suma importancia en el contexto actual.

Como se puede contemplar en la Guía para padres *“Cómo fomentar la autonomía y responsabilidad en nuestros hijos e hijas”* de la Confederación Española De Asociaciones De Padres Y Madres De Alumnos (Gómez y Martín, 2013), educar en la autonomía implica formar a los niños de manera que logren desenvolverse en su vida cotidiana, enfrentando desafíos, alcanzando independencia y desarrollando madurez. Sin embargo, este proceso resulta complejo, ya que intervienen diversos factores, como el carácter individual de cada niño o niña y el modo en que se fortalece su autoestima a lo largo del tiempo.

Que los hijos se sientan valorados y perciban que son importantes son dos objetivos primordiales. Para ello, los primeros aprendizajes deben desarrollarse en un entorno que fomente esa percepción de importancia y consideración y motivación, ya que esto les ayudará en su desarrollo y rendimiento en todas las esferas de la vida (Nelsen, 2007).

Por tanto, resulta fundamental llevar a cabo una reflexión profunda sobre los diferentes estilos educativos existentes, considerando sus características, ventajas y limitaciones, así como la influencia que ejercen en el sujeto de forma directa. Analizar cuál de estos estilos es el más adecuado para fomentar las competencias socioemocionales, cognitivas y conductuales en los niños, que será conveniente no solo para optimizar el proceso educativo en el ámbito familiar, sino también para sentar las bases de una sociedad más equitativa, justa, capaz y socialmente responsable. Como destaca Martínez Chairez (2020), la educación que los niños reciben en sus hogares es determinante para el tipo de ciudadanos que serán en el futuro, por lo que resulta urgente orientar a las familias hacia prácticas de crianza que favorezcan el desarrollo integral de sus hijos.

Es por ello que se plantea como estrategia el diseño de una Escuela de Familia, un espacio de formación y acompañamiento dirigido a padres, madres y cuidadores, cuyo propósito principal es fortalecer sus habilidades parentales y orientarlos hacia la adopción de un estilo educativo autoritativo, el cual, combina altos niveles de afecto, comunicación y apoyo con normas claras y exigencias apropiadas, demostrando ser altamente efectivo para el fomento de habilidades emocionales, sociales y cognitivas. De este modo, la Escuela de Familia que se plantea no solo contribuiría al bienestar individual de cada niño, sino también a fortalecer el tejido social en su conjunto.

1.2. Planteamiento del problema

El desarrollo de la autonomía en la infancia temprana ha sido un tema de interés global para profesionales como psicólogos, educadores, docentes y familias.

En los últimos años, como docente que desempeña su labor en las aulas de Educación Primaria, he podido observar como un gran número de niños presenta dificultades en áreas clave como la toma de decisiones, la gestión de la frustración y el desarrollo de la responsabilidad, habilidades esenciales para una vida plena y satisfactoria. Estas carencias suelen estar relacionadas, en muchos casos, con los estilos educativos adoptados por los padres y el ambiente familiar en el que los niños crecen. La importancia de este tema radica en que, como sociedad, estamos formando a las generaciones del futuro, y si no proporcionamos las herramientas adecuadas para que los niños desarrollen una autonomía emocional y social, estamos limitando su potencial para enfrentar los desafíos que encontrarán en un futuro próximo.

Resulta fundamental destacar que la formación en autonomía se inicia desde los primeros momentos de la infancia. Es durante esta etapa del desarrollo cuando se debe comenzar a transmitir al niño o niña la idea de que es capaz de tomar decisiones por sí mismo y que equivocarse forma parte del proceso de aprendizaje. En estos primeros años, el rol de padres, madres o cuidadores consiste en estimular su habilidad para explorar el entorno de manera libre, permitiéndole interactuar con el medio, experimentar y construir su propio aprendizaje a partir de la experiencia (Moreira et al., 2021).

La Convención Internacional sobre los Derechos del Niño, adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas en 1989, destacó la importancia de fomentar desde los primeros momentos de vida la autonomía infantil. Se subraya la necesidad de enseñar a los niños a desenvolverse por sí mismos, bajo la guía y supervisión de los adultos cuando sea necesario. Solo de esta manera será posible formar en el futuro personas emprendedoras, trabajadoras, reflexivas y capaces de afrontar desafíos y encontrar soluciones rápidas y adecuadas ante cualquier situación.

Desarrollarse con independencia asumiendo responsabilidades permite a los niños alcanzar un nivel de madurez que los prepara para enfrentar los retos de la vida y les brinda mayores posibilidades de ser felices. Tal como señala la pedagoga Maite Vallet, la capacidad de asumir

responsabilidades —o la falta de ella— comienza a formarse desde los primeros años de vida. Señalado por La Confederación Española de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnado (2013), (a partir de ahora CEAPA), la responsabilidad es el primer paso hacia la autonomía. Aunque al hablar de autonomía podría parecer que nos referimos a algo ajeno a los niños y niñas, en realidad es un aspecto fundamental para su desarrollo. Fomentar la autonomía impulsa tanto su independencia como su sentido de responsabilidad, y debe promoverse de acuerdo con la etapa de crecimiento en la que se encuentren.

Los niños que no aprenden a tomar decisiones por sí mismos, que no saben cómo manejar sus emociones ante la frustración o que carecen de un sentido de responsabilidad, pueden encontrarse con mayores dificultades al llegar a la adolescencia y la adultez, lo que afecta su bienestar general y sus relaciones interpersonales (García, 2019).

Las prácticas cada vez más comunes en padres, como participar en grupos de WhatsApp para discutir los deberes o estudiar con los hijos para garantizar su aprendizaje, al asumir completamente las tareas domésticas, resolver los conflictos en su lugar... en definitiva, sobreprotegerlos, impide que los niños desarrollen habilidades sociales y de resolución de problemas, reforzando su dependencia y dificultando que sean capaces de asumir responsabilidades, tomar decisiones por sí mismos y limitan su imaginación restringiendo su capacidad para ser creativos y autónomos (HuffPost, 2023).

En conclusión, para fomentar la autonomía y responsabilidad en los niños, es necesario que las familias reconsideren su estilo de crianza, permitiendo a los niños enfrentar desafíos y tomar decisiones desde una edad temprana.

1.3. Objetivos del TFE

1.3.1. Objetivo General

- Diseñar una Escuela de Familia con la que fomentar un estilo educativo autoritativo para asegurar el desarrollo del sentido de la responsabilidad, la toma de decisiones y la autonomía en las familias con hijos de la etapa de Educación Primaria (6-12 años).

1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar la relación entre los estilos educativos en las familias, la parentalidad positiva y el desarrollo de la autonomía durante la infancia.

- Reconocer la importancia de una comunicación efectiva en el núcleo familiar para el correcto desarrollo de los hijos.
- Revisar en otras propuestas de intervención estrategias para padres y educadores sobre cómo fomentar la autonomía en sus hijos.
- Plantear 3 sesiones para familias con hijos en edades comprendidas entre los 6 y los 12 años, y lograr que estos desarrollen las habilidades de autonomía, responsabilidad y la toma de decisiones.
- Proponer una evaluación para comprobar la efectividad de las sesiones y acciones planteadas.

2. Marco Teórico

Para la elaboración de este marco teórico se ha hecho una búsqueda bibliográfica sistemática tanto nacional como internacional, usando los buscadores académicos: Google Académico, Scopus, Scielo, Web of Science o Dialnet, entre otros. Se emplearon palabras clave relacionadas con el tema, como: autonomía, responsabilidad, estilo educativo, parentalidad positiva, familia. La selección se basó en la pertinencia, actualidad y calidad científica de los documentos encontrados.

En el presente marco teórico se abordará el papel que desempeñan los estilos educativos parentales en el desarrollo de la autonomía infantil. Para ello, se comenzará definiendo el concepto de autonomía, entendida como una capacidad multidimensional que permite a los niños tomar decisiones responsables y actuar de manera independiente en función de sus necesidades y del contexto (Piaget, 1999). A continuación, se analizará la influencia directa de los estilos de crianza en el desarrollo de esta autonomía, destacando el impacto diferencial que tienen modelos como el autoritario, permisivo, negligente y especialmente el autoritativo o democrático, así como el enfoque contemporáneo de la parentalidad positiva. Finalmente, se explorará el papel fundamental de la comunicación familiar como herramienta para fortalecer la autonomía, mostrando cómo un entorno comunicativo empático, claro y respetuoso promueve el desarrollo de la autoestima, la toma de decisiones y la autodisciplina en los niños.

2.1. Estilos educativos parentales y desarrollo de la autonomía

2.1.1. Concepto de autonomía

Como aproximación conceptual, la autonomía puede ser definida como aquella capacidad de actuar de manera individual, considerando las propias necesidades, características, posibilidades y limitaciones, así como siendo consciente de la influencia del entorno (Piaget, 1999). Esto implica la habilidad de tomar decisiones basadas en un razonamiento lógico y un pensamiento crítico, fundamentados en nuestras ideas, creencias y sentimientos, en relación con el contexto en el que se está inmerso. En este sentido, Kühelry (2013) plantea que los términos "independencia" y "autonomía personal", en su sentido etiológico, hacen referencia a la capacidad de autogobernarse, lo cual constituye un derecho fundamental que requiere de condiciones personales y contextuales favorables para su ejercicio (Scheinholtz, 2010).

La autonomía es un constructo complejo y multifacético que abarca dimensiones cognitivas, emocionales y conductuales (Ruiz, 2020). Desde la perspectiva del desarrollo cognitivo, Piaget (1999, citado por Díaz, 2019) la concibe como un logro evolutivo que se adquiere progresivamente, a medida que los niños maduran y desarrollan nuevas habilidades sociales y cognitivas. En consonancia, la teoría del apego propuesta por Bowlby (explicada por Torres, 2021) sostiene que la autonomía surge como resultado de una relación de apego segura con los padres, quienes ofrecen el andamiaje emocional necesario para que los niños se sientan seguros al explorar su entorno y resolver problemas de forma independiente.

En enfoques más contemporáneos, autores como Álvarez (2015), Posada (2013) y Vargas y Wagner (2013) destacan que la autonomía está profundamente influenciada por los distintos escenarios en los que se desarrolla el individuo, como el entorno familiar y educativo, entre otros. Así, este concepto se comprende mejor como un proceso relacional, en el que intervienen múltiples factores y contextos. Esta perspectiva reconoce la complejidad inherente al estudio de la autonomía, especialmente durante la adolescencia, etapa caracterizada por profundos cambios personales y una expansión de las interacciones sociales, lo cual condiciona su expresión y desarrollo (Vargas y Wagner, 2013).

Según Pereda (2024), fomentar la autonomía en los niños es clave para su desarrollo intelectual, emocional y moral. Un niño autónomo aprende a pensar por sí mismo, a tomar decisiones con seguridad y a actuar con base en sus propios valores, sin depender de órdenes externas. Este proceso requiere la implicación activa de padres y educadores, que deben favorecer un enfoque participativo en el aprendizaje. Pereda (2004) distingue tres tipos de autonomía fundamentales: la intelectual, que permite razonar de forma crítica; la moral, que guía sobre lo que está bien; y la conductual, que impulsa una actuación independiente y adecuada. Así, los niños desarrollan la capacidad de actuar con criterio propio, incluso frente a la presión de otros.

Según estudios actuales, las prácticas parentales y la estructura familiar son factores determinantes en el grado de autonomía que alcanzan los menores (Jiménez, 2022; Soto, 2023). En particular, el estilo de crianza autoritativo —que combina afecto, apoyo y establecimiento de normas claras— se ha relacionado con mayores niveles de autonomía en la infancia (Cabrera, 2020; Ríos, 2021). De igual forma, las familias que promueven la

comunicación abierta y valoran la iniciativa individual tienden a favorecer el desarrollo de niños más independientes y seguros de sí mismos (Ortiz, 2022).

En síntesis, el desarrollo de la autonomía implica la capacidad de pensar por uno mismo con sentido crítico, considerando diversas perspectivas tanto en el ámbito moral como intelectual. Como afirman Kamii (1984, p. 4), “autonomía significa gobernarse a uno mismo, siendo lo opuesto a la heteronomía, que implica ser gobernado por otros.”

2.1.2. Los estilos parentales y su influencia en el desarrollo de la autonomía en niños en edad escolar

Los estilos educativos parentales comprenden las directrices que orientan la forma en que se educa a los hijos, la manera en que se expresa el afecto, la calidad de la comunicación familiar y el modo en que se imponen límites y normas (Cámara y López, 2011). Por esta razón, resultan fundamentales para comprender tanto el comportamiento infantil como el desarrollo de su personalidad.

Estas directrices influyen directamente en la formación integral de los niños, ya que crean un entorno propicio para el aprendizaje de diversas actitudes y conductas, basadas en los valores que los padres transmiten mediante la forma en que se relacionan con sus hijos (Cámara y López, 2011).

Por ello, resulta fundamental que los padres reflexionen y definan el estilo de crianza que adoptarán, ya que el desarrollo futuro de sus hijos estará estrechamente vinculado con las experiencias y aprendizajes adquiridos a lo largo de su vida, particularmente durante la infancia y la adolescencia (Sarráis, 2012).

Como ya dijo Albert Einstein, “el mejor educador es el ejemplo”, especialmente cuando este es verdadero y se sustenta en algo positivo, en algo virtuoso. Por otra parte, la autonomía de los hijos manifiesta su capacidad de decisión que, para que sea acertada, debe ir acompañada de la responsabilidad. Precisamente el ajuste entre autoridad paterna y materna y autonomía filial es lo que permite el diseño de escenarios familiares en los que los hijos puedan ejercitar sus decisiones responsables y crecer en libertad. Para que se desarrolle la capacidad de decisión, la fuerza de voluntad, el sentido de responsabilidad, etc., los padres deben diseñar escenarios donde los hijos ejerciten la autonomía.

Capano y Ubach (2013), dos autores interesados en desvelar las consecuencias que los estilos educativos parentales tienen en niños y adolescentes afirman que los padres que optan por un estilo democrático o autoritativo influyen positivamente en la capacidad de sus hijos para expresar sus necesidades, ser autónomas y en actuar de forma responsable, pero antes de entrar de lleno en aquellos estilos educativos parentales más convenientes o positivos, resulta necesario hacer una aproximación teórica de los distintos estilos que podemos encontrar en los núcleos familiares y su influencia en los niños.

Para realizar un análisis de los diferentes estilos parentales de crianza, se toma como referencia el trabajo de Baumrind, cuyas investigaciones son ampliamente reconocidas por su exhaustividad y sólida fundamentación teórica. Entre los años 1966 y 1971, Baumrind (1966) desarrolló un estudio detallado sobre la manera en que los padres educan y se relacionan con sus hijos, identificando patrones específicos de comportamiento y actitudes. Su trabajo se apoyó en diversas metodologías de investigación, incluyendo observaciones directas de las interacciones familiares y entrevistas estructuradas con padres e hijos. Esto le permitió identificar tres variables clave que determinan el estilo parental:

- Control: Se refiere al grado en que los padres establecen reglas y normas, y la manera en que supervisan el comportamiento de sus hijos.
- Comunicación: Involucra el tipo y la calidad del diálogo que existe entre padres e hijos, incluyendo la apertura para expresar ideas y sentimientos.
- Participación afectiva: Evalúa el nivel de afecto, apoyo emocional y cercanía que los padres muestran hacia sus hijos.

Baumrind (1966) propone tres estilos de crianza: el estilo autoritario, que se caracteriza por una baja implicación emocional por parte de los padres; el control paterno es fuerte y rígido; recurriendo más a los castigos que a las alabanzas; la comunicación tiende a ser unidireccional y cerrada, suele relacionarse con niños con baja autoestima, autoconfianza, autonomía personal y creatividad y que presentan conductas retraídas e irritables. En contraste, el estilo autoritativo o democrático implica una alta participación de los padres y se vincula con hijos más independientes y responsables; la educación democrática se caracteriza por combinar muestras de afecto y cariño con el fomento de un alto grado de autonomía en los hijos, se busca el cumplimiento de las normas a la vez que la madurez psíquica de los hijos; las normas se cumplen de manera voluntaria; la comunicación es bidireccional y abierta, promoviendo

así la autonomía de los niños; este modelo genera niños más fáciles de tratar, amigables con otros niños y cooperativos con los adultos, con una personalidad menos sumisa (Cámara y López, 2018). Por último, el estilo permisivo se caracteriza por padres que no establecen normas estrictas y minuciosas y que suelen acceder de manera sencilla a los deseos de sus hijos; se muestran preocupados por la formación de sus hijos y atienden y responden a las necesidades que tienen, pero no acentúan una autoridad paterna; tiende a estar asociado con niños que muestran escasa disciplina y baja autonomía. La autora concluye que los niños de padres autoritativos, a diferencia de los padres cuyos estilos son autoritarios o permisivos, tienden a ser más maduros y competentes en general (Baumrind, 1966).

Fue en los años 80, cuando los autores Maccoby y Martin (1983) introducen un cuarto estilo de crianza, al que denominaron como estilo negligente, este estilo de crianza se caracteriza por una escasa capacidad de ofrecer una respuesta a las necesidades del niño, ya que los padres negligentes o no involucrados suelen tener pocas o ninguna expectativa o exigencia respecto a sus hijos. Es así como surge la categorización general de los estilos de crianza a la que se hace alusión en la mayoría de los trabajos subsiguientes.

La influencia de los estilos educativos familiares en la autonomía de los más pequeños ha sido otro tema de valioso interés para el mundo de la investigación. Según Bernal et al. (2020), trece de los treinta y un estudios revisados evidencian que educar con estilos parentales autoritarios o excesivamente controladores puede obstaculizar el desarrollo de la autonomía en los hijos. En contraste, aquellos estilos que promueven una relación cercana con los padres establecen normas menos rígidas, asignan responsabilidades y estimulan la toma de decisiones, se asocian con un desarrollo autónomo más fluido, lo cual contribuye positivamente a la educación en libertad.

2.1.3. Estilos de Crianza promotores de la Parentalidad Positiva

Junto a los estilos de crianza tradicionales propuestos por Baumrind (1966), en el ámbito contemporáneo se ha incorporado el concepto de paternidad positiva, una perspectiva respaldada por organismos internacionales como la Organización Mundial de la Salud (OMS, año?) y UNICEF (2024). Este enfoque promueve una relación basada en el respeto mutuo, la empatía y la orientación constructiva, priorizando el bienestar emocional del niño y el desarrollo de una disciplina sin recurrir a castigos severos.

La parentalidad positiva, tal como la promueve UNICEF (2024), es un enfoque contemporáneo de crianza que va más allá de la simple disciplina y el control del comportamiento infantil. Este modelo se basa en la construcción de relaciones sólidas entre padres e hijos, fundamentadas en la confianza, el respeto mutuo y la empatía. Los padres que adoptan esta forma de crianza reconocen la importancia de atender las necesidades individuales de sus hijos, adaptando su estilo educativo de acuerdo con las características, emociones y etapas de desarrollo de cada niño.

Uno de los elementos centrales de la parentalidad positiva es la comunicación efectiva, que implica no solo hablar, sino también escuchar de forma activa y empática. Esta forma de interacción favorece un vínculo emocional saludable y permite a los niños desarrollar habilidades comunicativas fundamentales para su vida social y emocional. Asimismo, este enfoque enfatiza el equilibrio entre el fomento de la autonomía y el establecimiento de límites claros, lo cual permite que los niños aprendan a tomar decisiones responsables, a autorregularse y a desarrollar un sentido de responsabilidad adecuado para su edad.

Otro componente esencial de esta forma de crianza es el modelado de comportamientos positivos. Los padres actúan como referentes para sus hijos, por lo que es fundamental que encarnen los valores que desean transmitir, como el respeto, la empatía, la paciencia y la resolución pacífica de conflictos. De esta manera, la parentalidad positiva contribuye a crear un entorno familiar afectivo y estructurado, en el que los niños pueden crecer de manera segura y equilibrada.

Se puede corroborar, después de este análisis de los distintos estilos parentales de crianza, aquel más oportuno para el fomento de la autonomía y del desarrollo integral de los menores es el autoritativo o democrático, siguiendo las directrices de la parentalidad positiva. En este modelo educativo los niños se sienten valorados y escuchados.

En relación con la educación en la autonomía, Gervilla (2014) destaca la importancia de acompañar a los niños en el ejercicio de su libertad desde la infancia. Esto implica estimular su capacidad para reflexionar, enfrentar desafíos, buscar información y tomar decisiones informadas. Según este autor, el desarrollo de la autonomía es uno de los objetivos centrales de la educación, ya que permite al niño adquirir una visión crítica de la realidad y formar juicios propios y razonados (Gervilla, 2014). Para favorecer este proceso, Gervilla señala que las actividades cotidianas son oportunidades valiosas para el crecimiento personal, ya que

contribuyen al aprendizaje social y a la interacción con el entorno. Tanto el hogar como el aula pueden convertirse en espacios de aprendizaje enriquecedores si se basan en una convivencia armónica. En este sentido, el autor insiste en la importancia de aprovechar las situaciones diarias como experiencias educativas, siempre en un contexto de afecto, seguridad y confianza. Este ambiente acogedor es esencial para que los niños se sientan preparados para afrontar los desafíos del conocimiento y adquirir las herramientas necesarias para desenvolverse en su entorno (Gervilla, 2014).

2.2. La comunicación familiar para el desarrollo de la autonomía

La familia desempeña un papel fundamental en el crecimiento personal y social del individuo (Alfonso Amaro et al., 2020). En el ámbito personal, cumple funciones esenciales al satisfacer tanto necesidades biológicas como emocionales; mientras que, a nivel social, contribuye de manera significativa a la formación de la personalidad y la construcción de la identidad. Estos aspectos se moldean a través de la interacción cotidiana en el entorno familiar, donde se configuran habilidades básicas, hábitos educativos y laborales, así como normas y valores que guían el comportamiento y la convivencia (Razeto, 2016; Navas-Franco et al., 2021). En este espacio también se interiorizan elementos clave como el control emocional, la responsabilidad, las habilidades sociales y la autonomía.

Un clima familiar cálido y cohesivo, caracterizado por un entorno afectivo positivo, fomenta la comunicación abierta y valora la independencia de los hijos. Este tipo de ambiente facilita que los niños desarrollen habilidades para tomar decisiones, expresar sus opiniones y enfrentarse a nuevos desafíos de manera autónoma (García, 2022; Ruiz, 2021; Silva, 2020; Pérez, 2022).

En cambio, un entorno familiar tenso o caótico, marcado por conflictos frecuentes, estrés parental o interacciones negativas, puede obstaculizar el desarrollo de la autonomía. Las dinámicas conflictivas limitan las oportunidades para que los niños aprendan a gestionar su propio comportamiento y a tomar decisiones, afectando su capacidad para desenvolverse adecuadamente en distintos contextos.

Además, la comunicación en el entorno familiar se identifica como un elemento esencial para el desarrollo pleno de la persona, ya que permite el intercambio de ideas, la transmisión de valores y la incorporación de aspectos culturales. Este proceso comunicativo no solo fortalece

los vínculos familiares, sino que también proporciona a los niños y adolescentes los recursos necesarios para interactuar de manera efectiva en entornos sociales diversos, como el familiar y el educativo (Navas-Franco et al., 2021).

En este proceso, la comunicación fluida, abierta y constante entre todos los miembros de la familia resulta crucial. Esta permite el fortalecimiento de los vínculos afectivos, facilita la resolución de conflictos y promueve un clima de confianza que favorece el desarrollo integral de cada uno de sus integrantes.

En definitiva, la calidad de las relaciones familiares, la apertura en la comunicación y un ambiente afectivo positivo influyen de manera significativa en el desarrollo de la autonomía, las competencias sociales y la formación de la identidad de los hijos, destacando la importancia de un entorno familiar sano y cohesivo. Para lograr un adecuado desarrollo de la comunicación familiar, Ávila (2018) plantea una serie de pautas fundamentales que pueden ser aplicadas en la vida cotidiana. Una de las claves es mantener constantes conversaciones entre padres e hijos, lo cual implica estimularlos a hablar a través de preguntas, así como intervenir de forma breve mediante anécdotas o historias. Estas intervenciones no solo mantienen la atención, sino que también ayudan a que el diálogo fluya naturalmente. Asimismo, resulta esencial manifestar interés por la conversación. Esto se logra mediante gestos como mirar a los hijos a la cara, sonreír cuando están felices y brindar consuelo cuando están tristes. También es importante mantener la calma en los momentos de tensión, mostrar empatía ante sus sentimientos, celebrar sus logros y evitar dramatizar en cuanto a sus fracasos.

Otro aspecto relevante que destaca Ávila (2018) es el valor del silencio. En ocasiones, este puede ser más significativo que el propio consejo, ya que a través del silencio los hijos pueden percibir el respaldo emocional de sus padres. Esta forma de acompañamiento les permite desahogarse y sentirse seguros consigo mismos.

Por último, se señala que el consejo no debe omitirse si es oportuno y que la escucha en silencio debe ir acompañada de una expresión corporal coherente, que refuerce la autenticidad del mensaje y garantice una comunicación efectiva.

Siguiendo con las premisas de la parentalidad positiva, esta destaca la relevancia de mantener una comunicación sincera y abierta entre los progenitores y sus hijos, ya que, en el momento

en que los adultos reconocen y validan las emociones infantiles, los niños se sienten aceptados y comprendidos, lo que fortalece su autoconfianza. Si la familia responde con empatía ante manifestaciones de tristeza o frustración, el niño interioriza que sus emociones son legítimas y que tiene la capacidad de gestionarlas adecuadamente. Esto favorece una imagen positiva de sí mismo, por el simple hecho de sentirse escuchado y valorado por quienes lo rodean (Jové, 2017).

Y si se habla de la comunicación en el núcleo familiar no se puede obviar el establecimiento de normas y límites, ya que, establecer normas y límites firmes pero respetuosos permite a los niños reconocer sus propias capacidades y entender hasta dónde pueden llegar. Cuando los niños conocen lo que se espera de ellos y reciben orientación en lugar de castigo, desarrollan una percepción positiva de sí mismos como personas capaces y seguras. Estos límites, siempre que sean apropiados y coherentes, fomentan la autodisciplina, fortaleciendo así su autoestima y su autoconcepto.

Tal y como afirma Ávila (2018), se trata de «dar órdenes para poner orden» (p. 110), con el objetivo de favorecer el desarrollo madurativo de los hijos y mantener una convivencia familiar armónica. Esta forma de establecer límites no busca imponer de manera autoritaria, sino guiar a los niños hacia una conducta responsable y coherente con el entorno en el que viven.

En este sentido, no solo el establecimiento de normas es importante, sino que, el modo en que se presentan influye directamente en cómo los niños las perciben, comprenden y aceptan. Las normas, según Ávila (2018), deben cumplir con tres características esenciales para ser efectivas: deben ser pocas, claras y necesarias. Cuantas más órdenes se den, menos efectividad tendrán, por lo que es recomendable darlas de una en una y reflexionar sobre su importancia, oportunidad y viabilidad. Además, deben formularse de manera comprensible, adecuada a la edad del niño y orientadas a un objetivo concreto, evitando contradicciones. Finalmente, solo deben darse si realmente son imprescindibles; en caso contrario, es preferible reservarlas para otro momento.

En resumen, la dinámica familiar influye de manera significativa en el fortalecimiento de la autonomía infantil. Los progenitores pueden fomentar esta capacidad en sus hijos no solo mediante sus métodos de crianza, sino también mediante la construcción de un entorno familiar que favorezca la confianza, una comunicación abierta y la colaboración.

3. Diseño de la propuesta de orientación educativa familiar

3.1. Presentación

La Escuela de Familias “Creciendo con Autonomía” es un programa formativo dirigido a madres, padres y personas cuidadoras de niños y niñas de entre 6 y 12 años. Su objetivo principal es ofrecer herramientas, conocimientos y espacios de reflexión para fomentar la autonomía infantil desde un enfoque de crianza respetuosa y parentalidad positiva.

El programa se estructura en tres sesiones presenciales, con una metodología activa, participativa y experiencial. En ellas se trabajan contenidos relacionados con el desarrollo de la autonomía, la influencia de las creencias familiares, la comunicación respetuosa, el manejo del control en la crianza, y la importancia de confiar en las capacidades de los hijos e hijas.

Las sesiones combinan dinámicas de grupo, actividades de reflexión individual, visionado de vídeos, debates y ejercicios prácticos para aplicar en el entorno familiar. La última sesión incluye la participación conjunta de los niños y niñas con sus familias, promoviendo el trabajo colaborativo y la toma de conciencia compartida.

Esta Escuela de Familias no pretende ofrecer recetas cerradas, sino abrir preguntas, fortalecer vínculos y sembrar pequeñas semillas de cambio en el día a día familiar. Porque educar para la autonomía es también una forma de crecer como personas, juntos, paso a paso.

3.2. Maco legislativo y contexto

La Escuela de Familias “Creciendo con Autonomía” se desarrollará como una actividad extraescolar en un centro educativo concertado de la ciudad de Cáceres, Extremadura. Esta iniciativa forma parte del compromiso del centro con una educación integral que involucre activamente a las familias en el proceso de desarrollo de sus hijos e hijas. El alumnado del centro pertenece, en su mayoría, a familias de clase media que mantienen una actitud implicada y consciente respecto a la educación, mostrando interés por participar en propuestas que refuercen la convivencia familiar y el bienestar emocional de los menores. En este contexto, la Escuela de Familias se plantea como un espacio de formación, diálogo y acompañamiento, orientado a fortalecer la autonomía infantil desde un enfoque respetuoso y colaborativo.

Además, este programa se enmarca en una serie de normativas autonómicas que respaldan y legitiman las acciones dirigidas al fortalecimiento de las competencias parentales, el acompañamiento familiar y el desarrollo integral de los menores. A continuación, se destacan dos leyes clave que sustentan este tipo de intervenciones.

La Ley 4/2011, de 7 de marzo, de Educación de Extremadura, establece los principios fundamentales del sistema educativo en la comunidad y reconoce el papel activo de las familias en el proceso educativo. Entre sus disposiciones, la ley fomenta expresamente la creación de Escuelas de Familias como espacios de formación, intercambio de experiencias y participación educativa. Este enfoque refuerza la corresponsabilidad entre familia y escuela, y promueve a los centros educativos y entidades sociales a impulsar iniciativas que fortalezcan la implicación parental, como herramienta clave para el éxito educativo y el desarrollo personal de los niños y niñas.

Por otro lado, la Ley 14/2015, de 9 de abril, de Servicios Sociales de Extremadura, establece que los programas de atención familiar constituyen una prestación garantizada dentro del sistema público de servicios sociales. En su articulado, esta ley contempla actuaciones orientadas a fortalecer la parentalidad positiva, prevenir conflictos familiares y mejorar la dinámica convivencial, especialmente en contextos de vulnerabilidad. Las Escuelas de Familias se integran en esta línea de intervención, al ofrecer herramientas prácticas, apoyo emocional y orientación a padres y madres, promoviendo así entornos familiares más saludables y favorecedores del desarrollo autónomo de los menores.

3.3. Objetivos

1. Promover la toma de conciencia sobre la importancia del desarrollo de la autonomía infantil, comprendiendo su impacto en la autoestima, la responsabilidad y la madurez emocional de los niños y niñas entre 6 y 12 años.
2. Reflexionar sobre las propias experiencias de crianza y las creencias adquiridas, identificando aquellos patrones que pueden limitar la independencia infantil y favoreciendo una actitud más consciente y abierta al cambio.
3. Fomentar prácticas de parentalidad positiva, basadas en el respeto, el afecto, los límites claros y el acompañamiento activo, como pilares fundamentales para criar desde la confianza y fortalecer los vínculos familiares.

4. Brindar herramientas prácticas para acompañar el desarrollo autónomo desde lo cotidiano, adaptadas a la edad y capacidades de los niños y niñas, y centradas en el aprendizaje a través de la experiencia.
5. Impulsar una comunicación familiar empática y constructiva, que potencie la expresión emocional, la colaboración y la resolución respetuosa de conflictos, favoreciendo así un entorno familiar que apoye el crecimiento personal de todos sus miembros.

3.4. Contenidos

1. La autonomía infantil como eje del desarrollo.
2. El rol de la familia en la construcción de la autonomía.
3. Parentalidad positiva y crianza consciente.
4. Comunicación familiar para potenciar la autonomía.
5. Estrategias prácticas para fomentar la autonomía.

3.5. Metodología a utilizar en las sesiones de la intervención

La metodología empleada en la Escuela de Familias “Fomentando la Autonomía Infantil” se basa en un enfoque vivencial, participativo y reflexivo, donde las madres, padres y cuidadores se convierten en protagonistas de su propio proceso de aprendizaje.

A través de dinámicas activas, se parte de la experiencia personal de cada participante, invitándoles a revisar su historia familiar, sus emociones, creencias y miedos, favoreciendo así una toma de conciencia sobre su estilo de crianza. Las sesiones se estructuran de forma que se propicie el diálogo, el intercambio de vivencias y la construcción colectiva del conocimiento, en un clima de respeto y confianza. Se integran recursos diversos como juegos, actividades prácticas, debates, ejercicios de introspección y materiales audiovisuales, que facilitan la reflexión y el compromiso emocional. La metodología incorpora además los principios de la parentalidad positiva, poniendo el foco en la validación emocional, el acompañamiento respetuoso y el desarrollo de un estilo de crianza basado en el afecto, los límites y la autonomía. Se aplican diversas técnicas de intervención familiar como son: lluvia de ideas, clarificación de conceptos, técnicas narrativas, reestructuración cognitiva, entrenamiento en habilidades de comunicación respetuosa y escucha activa,

Cada sesión incluye propuestas para aplicar lo aprendido en el entorno familiar, como pequeños retos o tareas prácticas, con el objetivo de generar cambios sostenidos en el tiempo y reforzar el vínculo entre teoría y práctica.

3.6. Temporalización

La propuesta de intervención contempla un total de 3 sesiones, de una duración de 2 horas cada una de ellas y con una sesión semanal durante el mes de noviembre. Las dos primeras sesiones serán únicamente para los padres, madres y responsables, sin embargo, en la última de estas sesiones participarán también los niños y niñas (ver Tabla 1).

Tabla 1.

Distribución temporal de las sesiones

Nº de sesión	Fecha	Duración
Sesión 1	7/11/2025	120 minutos
Sesión 2	14/11/2025	120 minutos
Sesión 3	21/12/2025	120 minutos

3.7. Recursos necesarios para implementar la intervención

Recursos materiales:

- Rotafolio o pizarra blanca y rotuladores.
- Post-its de colores.
- Cartulinas.
- Folios y fichas impresas.
- Bolígrafos y lápices para cada participante.
- Tarjetas impresas con frases para las dinámicas “Mitos vs Realidad” y “Retos para la autonomía”.
- Pegatinas, rotuladores de colores, tijeras, pegamento.

- Proyector y ordenador portátil.
- Carpetas o sobres para entregar materiales impresos, la carta final, y recopilar los productos trabajados en las sesiones.
- Diario reflexivo del orientador.

Recursos digitales y audiovisuales:

- Acceso a internet.
- Videos seleccionados previamente:
 - *“La sobreprotección crea niños con baja tolerancia a la frustración”* – Eva Millet.
 - *“La vida fácil – ¿Formamos en autonomía?”* (corto animado).
- Posibles presentaciones tipo PowerPoint.

3.8. Desarrollo de la propuesta de orientación

A continuación, se describen las tres sesiones que conforman la propuesta de intervención familiar. Cada sesión ha sido diseñada con un enfoque preventivo y educativo, adaptado al contexto y necesidades de las familias destinatarias. Se detallan los objetivos, los contenidos abordados, los recursos necesarios para su implementación, y las actividades propuestas, con el fin de favorecer la implicación familiar y promover la autonomía.

SESIÓN 1: “Mirar atrás para criar distinto”

Objetivos: 1, 2 ,3.

Contenidos: 1, 2 ,3, 4, 5

Duración: 120 minutos.

Recursos:

- Rotafolio o pizarra blanca y rotuladores.
- Post-its de colores.
- Fichas impresas: test de estilos parentales, preguntas guía, tarjetas para reflexión final.
- Tarjetas impresas para dinámica “Mitos vs Realidad”.
- Cartulinas, bolígrafos, lápices, pegatinas, sobres.

- “Diario de autonomía”.
- Ordenador portátil y proyector.

Descripción de la sesión:

En esta primera sesión de la Escuela de Familias comenzamos un camino de reflexión y aprendizaje compartido en torno a la crianza consciente. El eje central de este encuentro será la autonomía en niños y niñas de entre 6 y 12 años, un aspecto clave para su desarrollo emocional, social y personal.

A lo largo de la jornada, exploraremos qué entendemos por autonomía, cómo se construye desde la infancia, qué papel juega la familia en ese proceso y qué creencias pueden estar limitando, sin quererlo, ese crecimiento. Será una oportunidad para mirar también nuestra propia infancia, revisar mitos, compartir experiencias y comenzar a tomar conciencia de los pequeños gestos cotidianos que favorecen o frenan la independencia de nuestros hijos.

Actividad 1: Presentamos el programa

Al comienzo de la primera sesión, se presentará brevemente el objetivo general del programa y el funcionamiento de la Escuela de Familias. A continuación, se introducirá el tema central de la jornada: la autonomía en niños y niñas de 6 a 12 años.

Se explicará la importancia de fomentar la autonomía en esta etapa del desarrollo, destacando cómo influye en la seguridad, la responsabilidad y la autoestima infantil. También se señalarán algunos ejemplos cotidianos en los que puede trabajarse esta autonomía desde casa.

Se pedirá a las familias su colaboración y participación activa en las sesiones, así como un compromiso de asistencia, en la medida de lo posible, para construir entre todos un espacio enriquecedor y de confianza.

Al finalizar esta primera actividad, se invitará a las familias a realizar el *Test de estilos educativos* (PsicoActiva, s.f.) para conocer su estilo parental. Este cuestionario permitirá identificar tendencias en la forma en que se relacionan con sus hijos e hijas en aspectos como la disciplina, el afecto y la toma de decisiones. La información obtenida será útil para reflexionar sobre las propias prácticas educativas y servirá como punto de partida para abordar los temas del programa desde una perspectiva más personalizada y consciente.

Actividad 2: “Mi familia en tres palabras”.

Después de esta introducción, se realizará una ronda de presentaciones. Para ello, se propone una dinámica sencilla de presentación llamada “Mi familia en tres palabras”. Cada familia, cuando llegue su turno, se presentará diciendo sus nombres, cuántos hijos o hijas tienen y sus edades. A continuación, se les pedirá que describan a su familia utilizando solo tres palabras. Pueden ser adjetivos, emociones o incluso frases cortas que reflejen cómo viven la crianza o cómo se sienten como familia (por ejemplo: “alegre, curiosa, caótica” o “aprendiendo cada día”).

Esta pequeña consigna permite romper el hielo y da pie a identificar afinidades entre las distintas familias desde el inicio, fomentando la participación y el intercambio de experiencias a lo largo de las sesiones.

Actividad 3: ¿Qué es la autonomía?

Esta actividad se inicia con la técnica de clarificación de conceptos, en la que a partir de una pregunta abierta: “¿Qué entiendes por autonomía en un niño?”, los participantes responden oralmente o con post-its. Luego, se organizan las respuestas en un rotafolio diferenciando ideas acertadas de creencias erróneas, para aclarar el concepto.

A continuación, se presenta una tabla con ejemplos de tareas que los niños pueden realizar solos según su edad (de 6 a 12 años) (Anexo A), como vestirse, preparar su merienda o gestionar su horario. Para finalizar, se invita a reflexionar en voz alta: “¿Qué podría empezar a permitirle a mi hijo que hoy no le permito?”. Esta charla busca concientizar y motivar pequeños cambios en la crianza cotidiana.

Actividad 4: El niño que fui.

Esta actividad invita a los padres a mirar hacia su propia infancia para comprender cómo construyeron su autonomía y cómo esas experiencias influyen hoy en su forma de criar. El uso de esta técnica narrativa implica externalizar las problemáticas y conectar las historias pasadas con el estilo de crianza actual. Se les propone hacer un breve viaje al pasado: recordar cómo eran entre los 6 y 12 años, qué cosas podían hacer solos, qué decisiones tomaban, cómo se sentían cuando lograban algo por sí mismos o cuando no los dejaban intentarlo. Luego, se les entrega una serie de preguntas orientadoras para profundizar: ¿Quién les permitió aprender

por sí mismos?, ¿qué cosas no les permitieron hacer?, ¿qué errores recuerdan como aprendizajes?, ¿cómo se sentían cuando alguien confiaba en sus capacidades?

Después del trabajo individual, se abre un espacio de conversación en grupos pequeños, donde quienes deseen pueden compartir sus reflexiones. Para cerrar, se invita a cada participante a responder una pregunta final: *“Si el niño que fuiste pudiera darte un consejo sobre cómo criar hoy, ¿qué te diría?”*. Esa frase se escribe en una tarjeta para llevar a casa como recordatorio personal.

Actividad 5: “Mitos vs Realidad”.

La actividad “Mitos vs Realidad” busca que los padres identifiquen creencias erróneas que dificultan el fomento de la autonomía en sus hijos. A partir de la técnica de Restructuración cognitiva se cuestionan pensamientos distorsionados se generan alternativas más funcionales. En grupos pequeños, se les entregan tarjetas con frases comunes en la crianza, como: *“Si no lo hago yo, lo hace mal”* o *“Es mejor evitarle frustraciones (Anexo B)”*. Deben clasificarlas en “Mito” o “Realidad” según su criterio. Luego, en una puesta en común, el grupo analiza cada frase con la guía del facilitador, quien ayuda a aclarar conceptos y desmontar creencias limitantes.

Esta dinámica invita a reflexionar y debatir sobre cómo ciertos miedos y patrones de crianza, muchas veces aprendidos, pueden limitar el desarrollo de la autonomía en los hijos. Al finalizar, se propone que cada padre o madre identifique una creencia que reconoció como un mito en su propia forma de educar, y que la contraste con una nueva idea o actitud que desee comenzar a aplicar. Es un cierre que busca motivar pequeños cambios conscientes, basados en la confianza en las capacidades de sus hijos y en una mirada más abierta al aprendizaje a través de la experiencia.

Actividad 6: “Diario de autonomía”.

Al finalizar la sesión, se propone a los padres un reto práctico para la semana: comenzar un “Diario de autonomía”. La idea es elegir una tarea sencilla y adecuada a la edad del niño (como preparar su mochila o elegir su ropa) y permitirle hacerla por sí mismo. Cada día, el padre o madre anotará brevemente qué tarea se realizó, cómo se sintieron al dejar que su hijo la hiciera solo y cómo respondió el niño. No se busca perfección, sino observar y valorar el proceso. Esta actividad ayuda a tomar conciencia de los avances, identificar resistencias

propias y fortalecer la autonomía desde lo cotidiano. En la siguiente sesión, se podrán compartir algunas experiencias voluntariamente.

Evaluación: Evaluación basada en la reflexión personal, participación activa y aplicación práctica a través del “Diario de autonomía”.

SESIÓN 2: “Soltar el control”

Objetivos: 1, 2.

Contenidos: 1, 2, 3, 4, 5.

Duración: 120 minutos

Recursos:

- Fichas impresas con frases incompletas para la actividad “Soltar el control”
- Pizarra o rotafolio y rotuladores para recoger frases cotidianas
- Tarjetas para compromisos finales
- Carpetas o sobres para guardar materiales
- Bolígrafos y lápices para cada participante
- Ordenador portátil y proyector
- Video: “La sobreprotección crea niños con baja tolerancia a la frustración” – Eva Millet

Descripción de la sesión:

La segunda sesión de la Escuela de Familias estará centrada en dos pilares esenciales del desarrollo infantil: la autonomía y la comunicación familiar. En esta ocasión, profundizaremos en cómo acompañar a nuestros hijos e hijas en su camino hacia una mayor independencia, al mismo tiempo que fortalecemos los vínculos afectivos y la forma en que nos comunicamos en casa.

Actividad 1: Recapitulando.

La sesión comienza con una breve bienvenida y repaso de lo trabajado en la sesión anterior. Se recoge de manera voluntaria alguna experiencia relacionada con el “Diario de autonomía” y se abre un pequeño espacio de intercambio sobre los avances, obstáculos y emociones que

surgieron al permitir más independencia a los hijos. Este espacio inicial ayuda a reforzar el compromiso, normalizar las dificultades y valorar el proceso por encima del resultado.

Actividad 2: “Soltar el control”.

A continuación, se propone la actividad “Soltar el control”, una dinámica que busca abrir espacio para la honestidad y la autocomprensión en torno al rol parental. Cada participante recibe una ficha con una serie de frases incompletas (Anexo C) que invitan a una reflexión individual. Algunas de estas frases son:

- *“Me cuesta dejar que mi hijo/a...”* porque temo que...
- *“Cuando mi hijo/a se frustra, yo suelo...”*
- *“Me doy cuenta de que controlo más de lo que quisiera cuando...”*
- *“Me da miedo que mi hijo/a crezca porque...”*
- *“Lo que más me cuesta soltar es...”*

Se dejarán unos minutos de silencio para que cada persona complete las frases con sinceridad, sin necesidad de compartirlas aún.

Una vez completada esta ficha, se forman grupos pequeños (3 o 4 personas) donde, de forma totalmente voluntaria, quienes lo deseen pueden compartir alguna de sus frases o reflexiones. El objetivo no es debatir ni aconsejar, sino escuchar y empatizar. Durante este momento, se sugiere a cada grupo identificar al menos un miedo o patrón común que reconozcan en sus experiencias: puede ser la necesidad de control, el miedo al error, la dificultad de confiar...

Después del trabajo en grupos, se vuelve al grupo grande para realizar una puesta en común guiada. El orientador recoge algunas de las frases que surgieron con más frecuencia (respetando siempre la confidencialidad y anonimato), y plantea preguntas como:

- ¿Qué nos dicen estos miedos sobre nosotros y nuestras historias?
- ¿De qué nos protege el control y qué nos impide ver?
- ¿Cómo se sentiría un niño o niña si pudiera ver estas frases que escribimos?

Esta reflexión permite nombrar lo que muchas veces se vive en silencio, y habilita un cambio de mirada.

Actividad 3: “Traducciones con afecto”.

Esta segunda actividad invita a reflexionar sobre cómo influye la forma de comunicarse con los hijos en el desarrollo de su autonomía. Se inicia con una pregunta abierta al grupo: *¿Qué frases repetimos cada día en casa?* A partir de ahí, se anima a las familias a compartir en voz alta frases cotidianas que suelen decirles a sus hijos e hijas, especialmente en momentos de enseñanza, corrección o rutina. Ejemplos como “¡Te lo dije!”, “Déjalo, ya lo hago yo” o “¡Cuántas veces tengo que repetírtelo!” suelen surgir de manera espontánea. Estas frases se recogen en una pizarra para analizarlas en conjunto. Luego, el grupo reflexiona sobre qué mensaje pueden estar recibiendo los niños y niñas cuando escuchan estas expresiones frecuentemente. Se propone ponerse en su lugar y pensar cómo podrían sentirse o interpretarlas: ¿cómo falta de confianza?, ¿cómo presión?, ¿cómo falta de reconocimiento?

A continuación, se forman parejas o pequeños grupos para realizar una dinámica llamada “Traducciones con afecto”. Cada grupo elige una de las frases anotadas y busca reformularla de manera que transmita el mismo contenido, pero con un tono más respetuoso, empático y que fomente la autonomía infantil (Entrenamiento en habilidades de comunicación respetuosa). Por ejemplo, la frase “Déjalo, ya lo hago yo” podría transformarse en “¿Te gustaría intentarlo otra vez con mi ayuda cerca?”. Tras unos minutos de trabajo, los grupos comparten algunas de sus nuevas versiones con el grupo general, creando así un “banco de frases” alternativas que las familias pueden incorporar en su día a día.

El orientador cerrará la actividad recordando que la forma en que hablamos a nuestros hijos e hijas se convierte, poco a poco, en la forma en que ellos se hablarán a sí mismos, por lo que cultivar una comunicación respetuosa y consciente es también una forma profunda de cuidado.

Actividad 4: Video de Eva Millet.

Para cerrar la sesión, se propone una actividad de reflexión colectiva a partir de la visualización del video “La sobreprotección crea niños con baja tolerancia a la frustración”, un fragmente de una entrevista a la periodista y autora Eva Millet, quien ha investigado ampliamente el fenómeno de la hiperpaternidad.

En este video, Millet plantea cómo el exceso de control y la sobreprotección por parte de madres y padres puede afectar el desarrollo emocional de los niños y niñas, reduciendo su

capacidad para tolerar la frustración, resolver conflictos por sí mismos y desarrollar autonomía. Tras ver el video, se abrirá un espacio de tertulia donde se invitará a los participantes a compartir sus impresiones, emociones y reflexiones. Algunas preguntas orientadoras para facilitar el diálogo pueden ser: ¿Qué aspectos del video resonaron más con su experiencia personal?, ¿En qué situaciones identifican prácticas sobreprotectoras en su día a día?, ¿Qué consecuencias observan cuando no permiten que sus hijos enfrenten retos o se equivoquen?, y ¿Qué cambios pequeños podrían introducir para fomentar una mayor autonomía en sus hijos o hijas?

El objetivo de este espacio no es juzgar, sino tomar conciencia y aprender juntos desde la experiencia compartida. Como cierre, se entregará a cada participante una tarjeta para que anoten una idea, frase o compromiso que les gustaría incorporar en su vida cotidiana para apoyar el crecimiento autónomo de sus hijos.

Además, se recomendará ver en casa el video completo de la entrevista a Eva Millet, disponible en el siguiente enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=QPJhshwV56k>, ya que amplía con más profundidad los conceptos abordados y puede servir como recurso complementario para seguir reflexionando en familia.

Evaluación: Evaluación basada en el intercambio de experiencias, la reflexión grupal y el compromiso personal para mejorar la comunicación y fomentar la autonomía.

SESIÓN 3: “Creciendo Juntos”

Objetivos: 1, 2, 3, 4, 5.

Contenidos: 1, 2, 3, 4, 5.

Duración: 120 minutos.

Recursos:

- Cartulinas, rotuladores, pegatinas, tijeras, pegamento.
- Tarjetas impresas con “Retos para la autonomía”.
- Fichas para el “Mapa de la Autonomía”.
- Cuestionarios de autoevaluación.
- Carpetas finales con materiales y carta de cierre.

- Ordenador y proyector.
- Video “La vida fácil – ¿Formamos en autonomía?” (corto animado).

Descripción de la sesión:

La última sesión de la Escuela de Familias, titulada “Creciendo Juntos”, estará centrada en dos ejes clave del desarrollo infantil: la autonomía y la comunicación familiar. A diferencia de sesiones anteriores, esta será especial porque en ella también participarán los hijos de las diferentes familias participantes y participarán activamente junto a sus padres y madres.

Actividad 1: “Todos juntos”

Comenzaremos la sesión con una cálida bienvenida y así ayudar a romper el hielo y crear un ambiente relajado y de confianza. Para ello, cada familia tendrá unos minutos para presentarse de forma creativa. En lugar de una presentación convencional, se les invitará a pensar juntos una palabra, gesto o pequeña escena que represente cómo son como familia o qué les gusta hacer juntos (por ejemplo: “nos encanta cocinar”, “siempre cantamos en el coche”, o “somos una familia curiosa”). Una vez elegido, lo compartirán brevemente con el grupo, acompañándolo si quieren con una mímica o movimiento divertido.

Actividad 2: “La vida fácil”.

Después de las presentaciones, se propone proyectar el corto animado *La vida fácil – ¿Formamos en autonomía?* (Zarto, 2021), un corto animado que invita a reflexionar sobre cómo, muchas veces, al intentar facilitar la vida a nuestros hijos e hijas, podemos estar obstaculizando su crecimiento y su capacidad para valerse por sí mismos. Tras visualizar el video, padres e hijos se sentarán juntos para comentar en familia lo que han visto.

Para guiar la conversación, se les propondrán algunas preguntas como: *¿Qué mensaje transmite el video?*, *¿En qué momentos del día sentimos que ayudamos demasiado o no dejamos espacio para que el niño actúe solo?*, y *¿Qué pequeñas cosas podríamos empezar a cambiar para fomentar su autonomía en casa?*

Cada familia podrá anotar sus reflexiones y elegir si desea compartir alguna de ellas con el grupo.

Actividad 3: “Escucha mágica”.

Seguidamente, se realizará una dinámica de comunicación en parejas llamada “Escucha Mágica”. Esta dinámica permite ensayar la escucha activa y reflejo empático; aumenta la sensibilidad parental y la autoeficacia infantil. Padres e hijos se sentarán frente a frente. Primero, uno de los dos hablará durante un par de minutos sobre algo importante para él o ella: los niños pueden compartir una meta o algo que les gustaría empezar a hacer solos, y los padres, un deseo o algo que valoran en el crecimiento de su hijo/a.

Quien escucha no puede interrumpir; al terminar, debe repetir con sus propias palabras lo que ha entendido, mostrando atención y empatía. Luego se cambian los roles.

Actividad 4: “Nuestro Mapa de la Autonomía”.

A continuación, pasaremos al taller creativo “Nuestro Mapa de la Autonomía”, una actividad en la que cada familia elaborará un póster visual con los avances y metas relacionadas con la autonomía del niño o niña. Sobre una cartulina dividida en tres zonas —“Ya lo hago solo/a”, “Lo estoy aprendiendo” y “Quiero intentarlo pronto”—, padres e hijos reflexionarán juntos sobre las tareas, responsabilidades o decisiones que ya forman parte del día a día del niño, las que está aprendiendo y aquellas que le gustaría empezar a asumir.

Podrán utilizar rotuladores, pegatinas o dibujos para decorar su mapa y personalizarlo. La idea es que el niño/a sea protagonista, guiado por el acompañamiento respetuoso de sus padres. Al finalizar, las familias podrán compartir brevemente con el grupo alguna de las metas que más ilusión les haga.

Actividad 5: Retos para la autonomía.

A continuación, realizaremos un juego colaborativo donde cada familia sacará tarjetas con pequeños desafíos relacionados con la autonomía infantil, como, por ejemplo: preparar la mochila, organizar una merienda, atarse los cordones o diseñar una pequeña coreografía. Padres e hijos tendrán que trabajar en equipo para superar los retos, destacando así que la autonomía no significa hacer las cosas en soledad, sino aprender poco a poco con apoyo y confianza.

Y antes de llegar al cierre, se les pasará a las familias un cuestionario de autoevaluación (Anexo D), en el cual podrán abordar aspectos como: los aprendizajes adquiridos a lo largo del

programa, los cambios percibidos en su estilo parental, la utilidad del programa, el grado de satisfacción, y propuestas de mejora.

Actividad 6: “The end”.

Finalmente, se agradece la participación y se entrega una carpeta con materiales trabajados en el programa, algunas lecturas complementarias y una carta final que recuerda: “Educar para la autonomía es acompañar sin atar, guiar sin controlar, y confiar sin exigir perfección”.

Evaluación: Cuestionario final, observación de la participación, productos elaborados y compromiso con los retos propuestos.

3.9. Evaluación

Según lo planteado por Rodríguez y López (2015), la evaluación tiene como propósito principal recopilar información significativa acerca de los efectos generados por una intervención, con el fin de tomar decisiones fundamentadas sobre qué aspectos conservar y cuáles modificar en futuras implementaciones.

Para conocer el impacto alcanzado, resulta indispensable valorar el grado de cumplimiento de los distintos objetivos establecidos. Para ello, se emplean enfoques tanto cuantitativos como cualitativos, los cuales se combinan estratégicamente para ofrecer una evaluación más coherente y completa.

Antes del inicio del programa, se aplica un cuestionario breve para identificar las percepciones iniciales, estilos de crianza predominantes y expectativas de las familias. Este diagnóstico no solo sirve de base para adaptar las dinámicas, sino que permite a los participantes iniciar un proceso de autoconocimiento.

Herramientas:

- Cuestionario inicial sobre estilo parental. PsicoActiva. (s.f.). *Test de estilos educativos*. <https://www.psicoactiva.com/test/test-estilos-educativos/>
- Dinámica “Mi familia en tres palabras” como termómetro emocional y narrativo.

A lo largo de todo el proceso se realizará una evaluación continua basada en una rúbrica (Anexo E) donde se tendrán en cuenta distintas dimensiones para comprobar la funcionalidad y efectividad del programa.

Al finalizar la tercera sesión, se aplicará una evaluación final centrada en:

- Un cuestionario de autoevaluación para las familias, donde se valoren aspectos como: aprendizajes adquiridos, cambios percibidos en su estilo parental, utilidad del programa, grado de satisfacción, y propuestas de mejora.

El orientador tomará nota de las principales inquietudes, avances y resistencias detectadas en las sesiones, ajustando en lo posible los recursos y el acompañamiento.

Por último, una evaluación de gran valor es la que el propio orientador hace de su trabajo, es decir, la autoevaluación. Con esta se consigue una reflexión sobre la propia práctica profesional a lo largo del programa, permite valorar la calidad del acompañamiento ofrecido, ajustar la intervención a las necesidades del grupo en concreto, así como ver aquellos puntos fuertes del programa para poder potenciarlos, como también aquellos a mejorar para poder trabajar en ellos. Esta autoevaluación se realizará mediante un diario reflexivo, en el cual, diariamente, el orientador anota impresiones, dificultades, emociones propias y del grupo, etc.

4. Conclusiones

Este Trabajo Fin de Máster ha tenido como objetivo general diseñar una Escuela de Familias orientada a fomentar un estilo educativo autoritativo que promueva el desarrollo de la autonomía, la responsabilidad y la toma de decisiones en niños de Educación Primaria. Partiendo de la necesidad de ofrecer a las familias recursos formativos y de reflexión sobre su rol en la educación de sus hijos, se ha tratado de dar respuesta a un problema actual: la sobreprotección infantil y sus consecuencias en el desarrollo integral de los menores.

En cuanto al primer objetivo específico, que planteaba identificar la relación entre los estilos educativos en las familias, la parentalidad positiva y el desarrollo de la autonomía durante la infancia, se ha alcanzado de forma satisfactoria. A través del análisis teórico y la revisión de literatura, ha quedado claramente establecido que el estilo autoritativo, caracterizado por el equilibrio entre afecto y exigencia, es el más propicio para fomentar la autonomía infantil, especialmente cuando se integra con los principios de la parentalidad positiva.

Respecto al segundo de los objetivos marcados, que remarcaba la importancia una comunicación efectiva en el núcleo familiar para lograr el correcto desarrollo de los hijos, este ha sido abordado de manera profunda y reflexiva a lo largo del trabajo. La búsqueda bibliográfica permitió constatar que la comunicación familiar no solo es un canal para transmitir normas o corregir comportamientos, sino un pilar esencial en el desarrollo emocional, social y moral del niño. En un entorno donde predomina el diálogo afectivo, empático y bidireccional, los menores se sienten escuchados, valorados y comprendidos, lo que fortalece su autoestima y les proporciona la seguridad necesaria para explorar, equivocarse y aprender de sus decisiones.

En relación con el tercer objetivo, que consistía en revisar estrategias de otras intervenciones para fomentar la autonomía en el ámbito familiar, la investigación ha permitido recoger propuestas significativas que han sido adaptadas e integradas en la Escuela de Familias. Estas estrategias se han contextualizado para responder a las necesidades actuales de las familias y adaptarse a las características del grupo destinatario.

El cuarto objetivo, enfocado en la planificación de tres sesiones formativas dirigidas a padres, madres y cuidadores, se ha logrado con rigor y creatividad. Las sesiones diseñadas presentan una estructura clara, contenidos pertinentes y metodologías activas que permiten reflexionar,

compartir experiencias y adquirir herramientas concretas para aplicar en la vida cotidiana. Además, la inclusión de una sesión conjunta con los hijos refuerza el vínculo familiar y favorece la práctica compartida de la autonomía.

Por último, en cuanto al quinto objetivo, centrado en proponer una evaluación para comprobar la efectividad de las sesiones y acciones planteadas, se ha cumplido mediante el diseño de un sistema de evaluación mixto, que combina herramientas cuantitativas (cuestionarios iniciales y finales) con recursos cualitativos como la observación directa, el seguimiento de retos prácticos (como el “Diario de autonomía”) y espacios de reflexión grupal. Esta estructura permite valorar no solo los conocimientos adquiridos, sino también los cambios percibidos en las actitudes parentales y en la dinámica familiar. Además, se contempla la autoevaluación del orientador mediante un diario reflexivo, lo que garantiza una revisión continua del proceso y facilita futuras mejoras.

Las principales aportaciones de este trabajo se centran en la elaboración de una propuesta práctica, accesible y aplicable a contextos reales. El enfoque integral de la Escuela de Familias ofrece una herramienta concreta para abordar uno de los retos más relevantes en la educación actual: formar niños y niñas capaces, autónomos y emocionalmente competentes. Asimismo, se ha puesto en valor el rol activo de las familias como agentes educativos primarios y se ha evidenciado la necesidad de acompañar su labor desde una perspectiva de orientación y apoyo emocional.

Desde una visión personal, este trabajo ha sido también una oportunidad para reflexionar en profundidad sobre el propio rol orientador educativo familiar y sobre la importancia de establecer puentes reales y sostenibles entre la teoría y la práctica educativa. A lo largo del proceso, ha quedado patente que la labor del educador no se limita a la transmisión de conocimientos, sino que implica también un acompañamiento cercano a las familias, quienes, aunque profundamente comprometidas con la crianza de sus hijos, muchas veces carecen de las herramientas necesarias para fomentar adecuadamente la autonomía y el desarrollo integral de los menores. Esta experiencia ha reforzado la idea de que la orientación educativa familiar debe ser un pilar fundamental en la formación de los niños, especialmente en una sociedad marcada por la inmediatez, el exceso de estímulos y la presión social. Diseñar esta Escuela de Familias ha permitido visibilizar la complejidad del desarrollo infantil y la urgente

necesidad de abrir espacios de formación, escucha activa y acompañamiento respetuoso para padres y madres, favoreciendo la construcción de vínculos sanos y conscientes.

En definitiva, esta propuesta representa una contribución modesta pero significativa para mejorar la calidad de la educación familiar, ofreciendo una alternativa formativa basada en el respeto, la empatía y el acompañamiento activo. Educar para la autonomía no es un proceso inmediato ni exento de desafíos, pero sí una apuesta transformadora, con un alto impacto a largo plazo, para formar ciudadanos emocionalmente equilibrados, responsables y capaces de enfrentarse a los retos y desafíos cambiantes del siglo XXI con criterio propio y confianza en sí mismos.

5. Limitaciones y prospectiva

A continuación, se presenta una reflexión crítica sobre los principales obstáculos encontrados durante la elaboración de este Trabajo Fin de Máster, así como una proyección de las posibles líneas de desarrollo futuro. Esta sección busca ofrecer una mirada honesta sobre las dificultades enfrentadas en el proceso y, al mismo tiempo, plantear propuestas que permitan ampliar, mejorar o aplicar el trabajo en otros contextos.

5.1. Limitaciones

Durante el desarrollo de este Trabajo Fin de Máster se han identificado diversas limitaciones que conviene señalar de manera crítica y constructiva. Una de las principales dificultades ha sido el acceso a bibliografía actualizada y relevante sobre el tema, especialmente en lo referente a estudios recientes sobre parentalidad positiva y autonomía infantil en el contexto español. A pesar de realizar una búsqueda bibliográfica amplia y sistemática en bases de datos académicas, algunos documentos de referencia no se han podido consultar por estar sujetos a restricciones de acceso o por no estar disponibles en formato digital. Esta situación ha supuesto una limitación a la hora de contrastar distintas perspectivas teóricas o incluir investigaciones más recientes, lo que podría haber enriquecido aún más el marco conceptual del trabajo.

Otra limitación significativa ha sido la imposibilidad de implementar la propuesta diseñada en un entorno real. Si bien se ha elaborado un programa de intervención estructurado y detallado, con contenidos, metodologías y recursos cuidadosamente seleccionados, no se ha podido aplicar ni evaluar con familias reales por cuestiones de tiempo y viabilidad. Esto impide valorar de forma empírica la eficacia de la Escuela de Familias propuesta, así como recoger información directa sobre su impacto en las dinámicas familiares y en el desarrollo de la autonomía de los niños y niñas participantes. Sin duda, una implementación práctica hubiera permitido detectar aciertos, áreas de mejora y adaptar la intervención a las necesidades reales del contexto.

Asimismo, resulta pertinente señalar como limitación el rango de edad de los niños a quienes va dirigida la propuesta (de 6 a 12 años). Si bien esta etapa educativa es clave en el desarrollo de la autonomía, es importante destacar que esta competencia debería comenzar a estimularse desde los primeros años de vida. En este sentido, trabajar la autonomía

exclusivamente en la etapa de Educación Primaria puede resultar tardío para algunos aprendizajes fundamentales relacionados con la autorregulación, la toma de decisiones o la resolución de problemas. Por tanto, hubiera sido interesante ampliar la propuesta para incluir a familias con hijos más pequeños, de modo que la intervención contribuyera desde una edad más temprana a consolidar hábitos, actitudes y capacidades autónomas de forma gradual y progresiva.

En conjunto, estas limitaciones no restan valor a la propuesta presentada, pero sí marcan el camino para futuras mejoras y líneas de investigación que puedan dar continuidad y mayor profundidad a este trabajo.

5.2. Prospectiva

A pesar de las limitaciones señaladas, este TFM abre diversas líneas de trabajo futuras tanto en el ámbito académico como profesional.

En primer lugar, sería deseable llevar a cabo la implementación real de la Escuela de Familias en un centro educativo, seguida de una evaluación sistemática de su impacto a corto y medio plazo. Ello permitiría recoger evidencias sobre la efectividad de la propuesta y ajustar los contenidos y metodologías en función de las necesidades concretas del contexto.

Asimismo, se plantea como línea de investigación futura el análisis longitudinal del desarrollo de la autonomía infantil en relación con las prácticas de crianza, incluyendo variables como el nivel educativo de las familias, la composición familiar, el género del menor o el contexto sociocultural. Este enfoque permitiría profundizar en los factores que favorecen o dificultan la adquisición progresiva de responsabilidades y toma de decisiones.

Desde una perspectiva práctica, el TFM ofrece una propuesta de gran utilidad para la comunidad educativa. La Escuela de Familias diseñada puede integrarse como parte de los planes de acción tutorial o de orientación en centros escolares, así como en programas de servicios sociales o asociaciones de padres. Su carácter flexible, participativo y adaptado al contexto actual facilita su implementación en diferentes entornos, fomentando una crianza más consciente, respetuosa y centrada en el desarrollo integral del menor.

Además, este trabajo ha servido para visibilizar la necesidad de empoderar a las familias como agentes educativos de primer orden, promoviendo una alianza efectiva entre familia y escuela. Aunque no se ha resuelto de manera definitiva el problema planteado en la

introducción —la escasa autonomía en niños de primaria debido a prácticas sobreprotectoras—, se ha aportado una herramienta concreta para abordarlo desde la prevención y la formación.

En términos de mejora, una futura ampliación del proyecto podría incluir materiales complementarios accesibles en línea, como cápsulas de vídeo, foros de intercambio entre familias o seguimiento virtual, lo cual facilitaría la sostenibilidad del programa y su adaptación a diferentes realidades familiares.

En conclusión, este TFM representa un punto de partida prometedor para seguir investigando y trabajando en el fortalecimiento de la autonomía infantil desde el núcleo familiar. La experiencia adquirida invita a continuar explorando, compartiendo buenas prácticas y construyendo puentes entre la teoría y la práctica educativa.

Referencias bibliográficas

- Alfonso Amaro, Y., Díaz López, R., & Borges Fundora, L. (2020). El diálogo en familia: un derecho de los niños de la primera infancia. *Revista Conrado*, 16(76), 169–174.
<https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/1468>
- Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907.
- Bernal Romero, T., Melendro, M., Charry, C., & Goig Martínez, R. (2020). La influencia de la familia y la educación en la autonomía de los jóvenes: Una revisión sistemática. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 72(2), 29–44.
<https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.72434>
- Boesch, M. C. (2022). The duty to protect a child's autonomy. *European Journal of Pediatrics*.
<https://doi.org/10.1007/s00431-022-04609-2>
- Cabrera, N. (2020). La crianza y el desarrollo de la autonomía en la primera infancia: Una perspectiva sociocultural. *Revista de Psicología del Desarrollo*, 30(1), 35-50.
- Cámara, A. M. y López, J. B. (2011). Estilos de Educación en el Ámbito Familiar. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 22(3), 257-276.
<https://www2.uned.es/reop/pdfs/2011/22-3%20-%20Camara.pdf>
- Castillo, N. D., & Martínez, R. M. (2023). *Retos y desafíos del aprendizaje en el siglo XXI*. Nova Educare.
- Chávez-Juma, S. P., Arguello-López, A. N., Mejía-Chamba, K. S., & Núñez-Naranjo, A. F. (2025). El papel de la familia en el proceso educativo de los niños en edad preescolar. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 1(5), 68-80.
- García Correa, G. (2019). Desarrollo de la autonomía en la infancia, una apuesta en la educación inicial para la formación integral de la niñez [Trabajo de Grado]. Universidad de San Buenaventura. <http://hdl.handle.net/10819/8420>
- García, L. (2022). Influencia del clima familiar en el desarrollo de la autonomía en la infancia temprana. *Revista de Psicología Infantil*, 31(1), 60-75.

- Gómez, B., & Martín, M. (2013). *Cómo fomentar la autonomía y responsabilidad en nuestros hijos e hijas* [Guía para padres y madres]. Confederación Española de Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos (CEAPA). <https://ceapa.es/wp-content/uploads/2021/03/C%C3%93MO-FOMENTAR-LA-AUTONOM%C3%8DA-Y-RESPONSABILIDAD-EN-NUESTROS-HIJOS-E-HIJAS.pdf>
- Jové, R. (2017). *La escuela más feliz: Ideas para descubrir el don de cada niño y estimular su educación. La revolución secreta de las aulas*. La Esfera de los Libros.
- Junta de Extremadura. (2011). *Ley 4/2011, de 7 de marzo, de Educación de Extremadura*. Diario Oficial de Extremadura, núm. 47, de 9 de marzo de 2011. <https://doe.juntaex.es/pdfs/doe/2011/470o/11040011.pdf>
- Kamii, C. (1984). Autonomy: The aim of education envisioned by Piaget. *Phi Delta Kappan* 65, 410-415.
- Maccoby, E., & Martin, J. R. (1983). Socialization in the context of the family: parentchild interaction. En E. M. Hetherington (Ed.), P. H. Mussen (Series Ed.), *Hand book of child psychology: Socialization, personality, and social development* (vol.4), (pp.1-101). Wiley.
- Martínez, E. G. A. (2024). La importancia de fomentar el vínculo de apego en las familias a través del programa de expansión de la educación inicial visitas a los hogares modalidad no escolarizada en México. *Revista Neuronum*, 10(2), 134-146.
- Mero, K. M. M., Llaver, L. R. M., & Viteri, L. V. (2021). La educación de la autonomía en niños y niñas del subnivel inicial 2 de la escuela Gabriela Mistral. *Polo del conocimiento*, 6(8), 135-153.
- Molina Fuentes, M. G. (2022). Diversidad familiar y pánico moral: la Unión Nacional de Padres de Familia y el Frente Nacional por la Familia. *Latinoamericana de Estudios de Familia*, 14(1), 159–180. <https://doi.org/10.17151/rlef.2022.14.1.9>
- Navas-Franco, L., Bustos-Yépez, M., & Vega-Buenaño, F., (2021). La comunicación familiar padres-hijos y su impacto en el contexto educativo ecuatoriano. 593 *Digital Publisher CEIT*, 6(5-1), 91-106. <https://doi.org/10.33386/593dp.2021.5-1.818>

- Pereda, A. (2024). *Psicoimagina: Psicología infantil, juvenil y adultos en Alicante*. Recuperado el 4 de mayo de 2025, de <https://psicoimagina.com/>
- Piaget, J. (1999). *El juicio moral en el niño* (11.ª ed.). Ariel.
- Posada, A. (2013). Autoridad y autonomía en la crianza. PRECOP. *Sociedad Colombiana de Pediatría*, 4, 5-15.
- PsicoActiva. (s.f.). *Test de estilos educativos*. <https://www.psicoactiva.com/test/test-estilos-educativos/>
- Rafael, R., Castañeda, S. (2021). Revisión teórica de los estilos de crianza parental. Trabajo de Investigación para optar el grado académico de Bachiller en Psicología, Escuela Académico Profesional de Psicología, Universidad Continental, Lima, Perú. UNICEF Comité Español (2024, 26 de abril). *Parentalidad positiva: qué es y cómo trabajarla*. UNICEF España.
- Ruiz, J. (2021). El clima familiar y su influencia en el desarrollo de la autonomía en niños de preescolar. *Revista de Psicología del Desarrollo*, 31(2), 85-100.
- Scheinoltz, M. (2010). Occupational therapy in mental health: Considerations for advanced practice. Bethesda, MD: AOTA Press.2w2222. Bethesda: AOTA Press.
- Soto, L. (2023). Las prácticas de crianza y su influencia en el desarrollo de la autonomía en niños y niñas de preescolar. *Revista de Educación y Desarrollo*, 34(2), 95-110.
- Torres, R. (2023). Prácticas de crianza autoritarias y desarrollo de la autonomía en la infancia temprana. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 9(1), 40-55.
- World Health Organization. (2023, February 10). *WHO guidelines on parenting interventions to prevent maltreatment and enhance parent–child relationships with children aged 0–17 years*. <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/violence-prevention/parenting-guidelines>
- Zarto. (2021, marzo 3). *la vida fácil – ¿Formamos en autonomía?* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v= Uelwd0jwso>

Anexo A. Tareas que los niños pueden realizar solos según su edad (6 a 12 años)

Edad	Ámbito Personal	En Casa	Escolar / Organizativo	Social / Emocional
6 a 7 años	- Vestirse sin ayuda - Cepillarse los dientes - Lavarse las manos - Peinarse (con práctica)	- Ordenar sus juguetes - Poner la mesa con ayuda - Guardar su ropa - Ayudar a preparar su merienda	- Preparar su mochila con supervisión - Recordar tareas simples con apoyo - Colocar sus útiles escolares	- Saludar y despedirse - Pedir ayuda cuando lo necesita - Esperar su turno
8 a 9 años	- Elegir su ropa para el día - Bañarse solo - Mantener su higiene personal	- Hacer su cama - Preparar su merienda sencilla - Ayudar a lavar los platos - Limpiar su lugar de estudio	- Organizar su horario con guía - Realizar sus tareas sin que se lo pidan - Usar una agenda o calendario	- Resolver pequeños conflictos verbales - Reconocer y expresar emociones básicas - Ser más empático con los demás
10 a 12 años	- Gestionar su higiene diaria - Elegir su ropa apropiada según el clima - Organizar su cuarto	- Cocinar cosas simples (sandwiches, etc.) - Cuidar a una mascota - Hacer compras pequeñas con dinero	- Planificar su tiempo libre y escolar - Preparar materiales y tareas sin ayuda - Manejar tiempos de estudio y descanso	- Participar en decisiones familiares pequeñas - Tomar decisiones personales sencillas - Mostrar responsabilidad en compromisos

Anexo B. Mitos vs Realidad

1. "Si no lo hago yo, lo hace mal."
2. "Es mejor evitarle frustraciones."
3. "Todavía está muy pequeño para eso."
4. "Tiene que aprender a hacer las cosas por sí mismo."
5. "Ayudarlo todo el tiempo es una forma de demostrarle amor."
6. "Cuando se equivoca, también aprende."
7. "Darle responsabilidades lo hace sentir valioso."
8. "No hay apuro, ya aprenderá cuando sea grande."
9. "Mi hijo necesita que confíe en él para intentarlo solo."
10. "Es peligroso dejarlo que haga las cosas por su cuenta."
11. "A los niños hay que enseñarles poco a poco a ser independientes."
12. "Si le cuesta, es mejor hacerlo por él."
13. "Frustrarse le ayuda a desarrollar tolerancia y perseverancia."
14. "No hay problema en que cometa errores si está aprendiendo."
15. "La autonomía se construye con práctica diaria."
16. "Si no le doy todo hecho, sentirá que no lo quiero."
17. "Es importante dejar que experimente y tome decisiones pequeñas."
18. "Los niños aprenden a ser responsables cuando tienen tareas a su cargo."
19. "Es normal que se equivoque, es parte del proceso."
20. "Para que aprenda, primero necesita oportunidades."

Anexo C. Soltar el control

1. “Me cuesta dejar que mi hijo/a...” porque temo que...
2. “Cuando mi hijo/a se frustra, yo suelo...”
3. “Me doy cuenta de que controlo más de lo que quisiera cuando...”
4. “Me da miedo que mi hijo/a crezca porque...”
5. “Lo que más me cuesta soltar es...”
6. “A veces evito que mi hijo/a haga algo solo/a porque...”
7. “Me siento inseguro/a como madre/padre cuando...”
8. “Siento que quiero tener todo bajo control porque...”
9. “Me resulta difícil confiar en que mi hijo/a puede...”
10. “Cuando dejo que mi hijo/a tome decisiones, yo siento...”
11. “Me frustra cuando mi hijo/a no hace las cosas como yo espero porque...”
12. “Si pudiera cambiar una cosa en mi forma de criar, sería...”
13. “A veces le transmito mis miedos a mi hijo/a cuando...”
14. “Cuando mi hijo/a se equivoca, yo...”
15. “Lo que más me cuesta aceptar de su crecimiento es...”
16. “Siento que necesito controlar cuando...”
17. “Me gustaría aprender a soltar más cuando...”
18. “Me doy cuenta de que mis expectativas sobre mi hijo/a vienen de...”
19. “El mayor desafío de criar con autonomía para mí es...”
20. “Cuando confío en mi hijo/a, yo me siento...”

Anexo D. Cuestionario de autoevaluación final

Instrucciones:

Este cuestionario es confidencial y tiene como objetivo conocer tu experiencia en el programa. Marca la opción que mejor represente tu opinión y completa las preguntas abiertas con sinceridad.

1. Valoración general del programa

¿Cómo valorarías tu experiencia en la Escuela de Familias?

- ☐ Muy satisfactoria
- ☐ Satisfactoria
- ☐ Poco satisfactoria
- ☐ Nada satisfactoria

¿Te sentiste cómodo/a participando en las actividades?

- ☐ Siempre
- ☐ Casi siempre
- ☐ A veces
- ☐ Nunca

2. Cambios percibidos en tu estilo parental

Desde que comenzaste el programa...

a. ¿Crees que has cambiado tu manera de fomentar la autonomía en tu hijo/a?

- ☐ Mucho
- ☐ Algo
- ☐ Poco
- ☐ Nada

b. ¿Sientes que escuchas más y mejor a tu hijo/a?

- ☐ Sí, mucho
- ☐ Algo más que antes
- ☐ No he notado cambios
- ☐ Menos que antes

c. ¿Qué cosas haces diferente ahora en tu día a día con tu hijo/a?

(Respuesta abierta)

3. Contenidos y actividades

¿Qué actividad o dinámica te resultó más útil o significativa? ¿Por qué?

(Respuesta abierta)

¿Qué tema o sesión te gustaría que se hubiera tratado más a fondo?

(Respuesta abierta)

4. Participación del niño o niña

¿Qué crees que aprendió o disfrutó más tu hijo/a en esta última sesión compartida?

(Respuesta abierta)

¿Qué cambió en su actitud o comportamiento durante el programa, si es que notaste algo?

(Respuesta abierta)

5. Satisfacción general y propuestas

Del 1 al 5, ¿qué nota le pondrías al programa en general?

☐ 1 (Muy baja)

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5 (Muy alta)

¿Recomendarías este programa a otras familias?

☐ Sí

☐ No

☐ No estoy seguro/a

¿Qué mejorarías o añadirías para futuras ediciones?

(Respuesta abierta)

6. ¿Con qué palabra o frase definirías tu paso por esta Escuela de Familias?

(Respuesta abierta)

Gracias por formar parte de esta experiencia. Tu opinión nos ayuda a seguir creciendo.

Anexo E. Rúbrica de evaluación

Escala de valoración:

4 = Excelente / Cumplimiento total

3 = Bueno / Cumplimiento alto

2 = Aceptable / Cumplimiento parcial

1 = Insuficiente / No se evidencia

Criterio de Evaluación	Descripción del Indicador	Puntaje (1-4)
Participación activa	Participa de forma comprometida en dinámicas grupales, actividades prácticas y momentos de reflexión.	1 2 3 4
Reflexión crítica sobre la crianza	Manifiesta capacidad para revisar su historia familiar, identificar creencias limitantes y generar nuevos enfoques de crianza.	1 2 3 4
Aplicación práctica (tareas y retos)	Evidencia la puesta en práctica de herramientas y retos propuestos (ej.: Diario de Autonomía, Mapa de la Autonomía).	1 2 3 4
Compromiso con el cambio	Expresa verbal o simbólicamente (tarjetas, reflexiones) una intención clara de cambio o mejora en su estilo parental.	1 2 3 4
Comunicación respetuosa	Participa activamente en actividades de mejora del lenguaje afectivo y demuestra comprensión del impacto de la comunicación.	1 2 3 4
Trabajo colaborativo (padres-hijos)	Durante la sesión conjunta demuestra una interacción positiva, respetuosa y cooperativa con sus hijos.	1 2 3 4
Satisfacción con el programa	Expresa valoración positiva de los contenidos,	1 2 3 4

	dinámicas y utilidad del programa en el cuestionario final.	
Asistencia y continuidad	Asiste a las tres sesiones programadas y demuestra seguimiento del proceso.	1 2 3 4
Aportes al grupo	Contribuye al aprendizaje colectivo compartiendo experiencias o reflexiones.	1 2 3 4
Evaluación del orientador	Observaciones del orientador sobre implicación, actitudes, evolución y posibles resistencias. (Basado en el diario reflexivo).	1 2 3 4

Interpretación de los resultados:

36–40 puntos: Impacto excelente. La familia ha integrado profundamente los contenidos y ha iniciado cambios significativos.

31–35 puntos: Muy buen aprovechamiento. Se observa compromiso y transformación.

25–30 puntos: Aprovechamiento medio. Algunos cambios se han iniciado, pero aún hay barreras.

< 25 puntos: Nivel bajo de impacto. Se recomienda un seguimiento más individualizado o apoyo adicional.