

ENTRE LA PROTECCIÓN Y LA AUTONOMÍA: DESAFÍOS EDUCATIVOS ANTE LA CRECIENTE FRAGILIDAD EMOCIONAL DE NIÑOS Y ADOLESCENTES

BETWEEN PROTECTION AND AUTONOMY: EDUCATIONAL CHALLENGES IN THE FACE OF GROWING CONCERNS ABOUT THE EMOTIONAL WELL-BEING OF CHILDREN AND ADOLESCENTS

Yolanda Cava González

Orientadora educativa

Murcia

ORCID: 0009-0000-3746-0965

Resumen

Las profundas transformaciones sociales, culturales y tecnológicas experimentadas en las últimas décadas han situado el bienestar emocional de niños y adolescentes en el centro del debate educativo. La creciente preocupación por la salud mental y el desarrollo socioemocional ha favorecido la incorporación de nuevas funciones y responsabilidades a los centros educativos, impulsando modelos de intervención orientados a la promoción del bienestar. Sin embargo, esta evolución también plantea importantes desafíos relacionados con el equilibrio entre la protección de la infancia y el desarrollo progresivo de la autonomía personal. El presente artículo reflexiona sobre esta tensión educativa a partir del análisis de los cambios sociales contemporáneos y de sus repercusiones en la escuela. Asimismo, se examina el papel de la orientación educativa como elemento clave para promover entornos emocionalmente saludables sin renunciar al desarrollo de competencias como la resiliencia, la responsabilidad, la capacidad de afrontamiento y la autonomía. Finalmente, se defiende la necesidad de construir una concepción del bienestar emocional que integre acompañamiento y exigencia, protección y crecimiento personal, contribuyendo a la formación de personas capaces de afrontar de manera equilibrada los desafíos del siglo XXI.

Palabras clave: *bienestar emocional; orientación educativa; autonomía personal; resiliencia; educación emocional; salud mental.*

Abstract

The profound social, cultural and technological transformations experienced in recent decades have placed the emotional well-being of children and adolescents at the centre of educational debate. Growing concern for mental health and socio-emotional development has encouraged schools to adopt new responsibilities aimed at promoting student well-being. However, this evolution

also raises important challenges related to balancing the protection of childhood with the progressive development of personal autonomy. This article reflects on this educational tension through an analysis of contemporary social changes and their impact on schools. It also examines the role of educational guidance and counselling as a key element in promoting emotionally healthy environments while fostering resilience, responsibility, coping skills and autonomy. Finally, the paper argues for a conception of emotional well-being that integrates support and challenge, protection and personal growth, contributing to the development of individuals capable of facing the challenges of the twenty-first century in a balanced and responsible way.

Keywords: *emotional well-being, educational guidance, personal autonomy, resilience, emotional education, mental health.*

1. INTRODUCCIÓN

En los últimos años, el bienestar emocional de niños y adolescentes ha adquirido una relevancia cada vez mayor en el ámbito educativo. La preocupación por la salud mental infantojuvenil se ha intensificado tanto en el discurso público como en las políticas educativas, impulsando el desarrollo de programas, estrategias y actuaciones orientadas a favorecer el desarrollo integral del alumnado (García, 2023; UNESCO, 2024). Este interés responde, en parte, al aumento de las dificultades emocionales detectadas en la población infantojuvenil y a la creciente conciencia social sobre la importancia de promover factores protectores que favorezcan el bienestar psicológico desde edades tempranas.

La escuela no ha permanecido ajena a esta realidad. En las últimas décadas, el desarrollo de competencias emocionales se ha incorporado progresivamente al debate pedagógico y a las prácticas educativas, consolidándose como una dimensión esencial de la formación integral del alumnado. Desde esta perspectiva, la educación emocional se concibe como un proceso educativo continuo que pretende favorecer el conocimiento y la regulación de las emociones, el desarrollo de habilidades sociales y la construcción de recursos personales que permitan afrontar de manera adaptativa los desafíos de la vida (Pérez & Filella, 2019; Bisquerra & Hernández Paniello, 2023). Del mismo modo, diversos autores han señalado la necesidad de que los centros educativos promuevan no solo aprendizajes académicos, sino también competencias relacionadas con el bienestar, la convivencia y el desarrollo personal (Escobar et al., 2020).

Sin embargo, la creciente atención prestada al bienestar emocional no puede entenderse al margen de las profundas transformaciones sociales, culturales y tecnológicas que caracterizan a las sociedades contemporáneas. La expansión de los entornos digitales, la aceleración de los ritmos de vida, la transformación de las

dinámicas familiares y la aparición de nuevas formas de relación social han configurado un escenario inédito para la infancia y la adolescencia. Como señala la Fundación Santillana (2021), educar en el siglo XXI implica afrontar desafíos complejos derivados de un contexto marcado por la hiperconectividad, la sobreabundancia de información y la necesidad de desarrollar competencias personales que permitan desenvolverse en entornos cada vez más cambiantes e inciertos. En esta misma línea, la UNESCO (2024) destaca la necesidad de que los sistemas educativos promuevan el bienestar y el desarrollo integral del alumnado como respuesta a los desafíos emergentes de las sociedades contemporáneas.

En este contexto, junto a los indudables avances que supone la incorporación del bienestar emocional como objetivo educativo, emerge una cuestión que merece una reflexión más profunda. La legítima preocupación por proteger a niños y adolescentes frente al sufrimiento emocional convive con la necesidad de favorecer el desarrollo progresivo de la autonomía personal, la resiliencia y la capacidad para afrontar las dificultades inherentes a la vida. Como señala Tercero (2012), el desarrollo de estas competencias resulta esencial para que los jóvenes puedan construir proyectos vitales sólidos en sociedades caracterizadas por la incertidumbre y el cambio constante. Asimismo, Bisquerra y Hernández Paniello (2023) destacan que la educación emocional debe contribuir al desarrollo de recursos personales que permitan afrontar de manera adaptativa los retos y desafíos presentes a lo largo de la vida.

A partir de estas consideraciones, el presente artículo propone una reflexión sobre la tensión existente entre protección y autonomía en la educación contemporánea. Para ello, se analizan algunos de los cambios sociales que han contribuido a situar el bienestar emocional en el centro del debate educativo, así como los desafíos que esta realidad plantea a la escuela en su tarea de formar

personas capaces de afrontar de manera responsable y equilibrada los retos del siglo XXI.

2. LOS CAMBIOS SOCIALES Y LA NUEVA SENSIBILIDAD HACIA EL BIENESTAR EMOCIONAL

La creciente preocupación por el bienestar emocional de niños y adolescentes no puede comprenderse sin atender a las profundas transformaciones sociales que han caracterizado las últimas décadas. Los cambios experimentados en los ámbitos familiar, tecnológico, cultural y educativo han modificado significativamente las condiciones en las que se desarrolla la infancia y la adolescencia, así como las expectativas sociales depositadas en la escuela.

Tradicionalmente, la educación había centrado buena parte de sus esfuerzos en la adquisición de conocimientos y en la preparación para la vida adulta. Sin embargo, en las últimas décadas se ha producido una progresiva ampliación de las funciones atribuidas a los centros educativos, incorporando objetivos relacionados con el desarrollo personal, la convivencia, la educación emocional y la promoción del bienestar. En este contexto, la educación emocional ha pasado de ocupar un papel secundario a considerarse una dimensión esencial de la formación integral del alumnado (Pérez & Filella, 2019). Esta evolución responde al creciente reconocimiento de que las competencias emocionales y sociales desempeñan un papel fundamental en el bienestar personal, la calidad de las relaciones interpersonales, la convivencia escolar y el desarrollo académico de niños y adolescentes (Bisquerra & Hernández Paniello, 2023; OECD, 2021).

Paralelamente, la creciente visibilidad de los problemas de salud mental en la infancia y la adolescencia ha contribuido a situar el bienestar emocional en el centro del debate educativo. García (2023) señala que la salud mental infantojuvenil constituye uno de los principales desafíos educativos y sociales del

siglo XXI, debido tanto al incremento de determinadas problemáticas emocionales como a la necesidad de desarrollar estrategias preventivas eficaces desde edades tempranas (Fundación ANAR & Fundación Mutua Madrileña, 2024; UNESCO, 2024).

A esta realidad se suman las transformaciones derivadas de la expansión de las tecnologías digitales y de los nuevos entornos de socialización. La infancia y la adolescencia actuales se desarrollan en contextos caracterizados por la hiperconectividad, la inmediatez en el acceso a la información y la constante exposición a estímulos sociales y emocionales. Según la Fundación Santillana (2021), estos cambios han generado nuevas oportunidades para el aprendizaje y la comunicación, pero también nuevos desafíos relacionados con la gestión emocional, la construcción de la identidad y el desarrollo de relaciones interpersonales saludables, aspectos que han sido igualmente destacados en informes internacionales recientes sobre bienestar y educación (UNESCO, 2024).

Asimismo, diversos autores han señalado que las sociedades contemporáneas muestran una creciente sensibilidad hacia la protección y el bienestar de la infancia. Este avance constituye, sin duda, una conquista social de gran relevancia. Sin embargo, también ha abierto nuevos debates sobre el equilibrio entre protección y autonomía, especialmente en el ámbito educativo. En este sentido, Tercero (2012) advierte de la importancia de favorecer el desarrollo de la resiliencia y de las capacidades personales necesarias para afrontar la incertidumbre, las dificultades y los desafíos propios de la vida adulta.

Desde esta perspectiva, la escuela se enfrenta a una tarea compleja. Por una parte, debe responder a las necesidades emocionales de un alumnado que crece en entornos cada vez más cambiantes y exigentes. Por otra, debe evitar que la legítima preocupación por el bienestar derive en modelos educativos excesivamente centrados en la eliminación de cualquier experiencia de malestar

o frustración. La educación, como proceso orientado al desarrollo integral de la persona, requiere no solo acompañar y proteger, sino también favorecer la construcción progresiva de recursos personales que permitan afrontar las dificultades de forma autónoma y responsable (Bisquerra & Hernández Paniello, 2023; Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023).

3. ENTRE LA PROTECCIÓN Y LA AUTONOMÍA: UNA TENSIÓN EDUCATIVA NECESARIA

La creciente preocupación por el bienestar emocional de niños y adolescentes representa uno de los avances más significativos en la comprensión contemporánea de la educación. El reconocimiento de las necesidades emocionales del alumnado, la incorporación de programas de educación emocional y la creciente sensibilidad hacia la salud mental han contribuido a generar entornos educativos más atentos al desarrollo integral de la persona (Pérez & Filella, 2019; Escobar et al., 2020; UNESCO, 2024). Sin embargo, esta evolución también plantea interrogantes sobre el modo en que la escuela debe abordar el equilibrio entre la necesaria protección de la infancia y el desarrollo progresivo de la autonomía personal.

La educación ha tenido históricamente como finalidad preparar a las nuevas generaciones para desenvolverse de manera competente en la vida personal, social y profesional. Esta preparación implica no solo la adquisición de conocimientos, sino también el desarrollo de recursos personales que permitan afrontar la incertidumbre, gestionar las dificultades y adaptarse a contextos cambiantes. En este sentido, la resiliencia adquiere una importancia fundamental, entendida como la capacidad para afrontar situaciones adversas, aprender de ellas y continuar desarrollándose de forma positiva (Tercero, 2012). Asimismo, diferentes organismos educativos subrayan la necesidad de promover competencias

personales y socioemocionales que permitan a niños y adolescentes desenvolverse de forma eficaz en contextos cada vez más complejos y cambiantes (OECD, 2021).

Desde esta perspectiva, resulta necesario diferenciar entre bienestar emocional y ausencia de malestar. Las emociones desagradables, los conflictos interpersonales, los errores o las frustraciones forman parte inherente de la experiencia humana y desempeñan un papel relevante en los procesos de aprendizaje y maduración personal. La educación emocional no persigue eliminar estas experiencias, sino proporcionar herramientas para comprenderlas, regularlas y afrontarlas de manera adecuada. Por ello, el desarrollo de competencias emocionales y sociales se considera actualmente un elemento fundamental para el bienestar personal, la convivencia y el desarrollo académico del alumnado (Pérez & Filella, 2019; Bisquerra & Hernández Paniello, 2023).

En las sociedades contemporáneas se observa una creciente tendencia a proteger a la infancia frente a múltiples riesgos y amenazas. Este fenómeno ha contribuido a mejorar significativamente las condiciones de vida y los derechos de niños y adolescentes. Sin embargo, algunos autores advierten de que una protección excesiva puede limitar las oportunidades de aprendizaje derivadas de la experiencia, reduciendo las posibilidades de desarrollar autonomía, responsabilidad y tolerancia a la frustración (Tercero, 2012). En consecuencia, el desafío educativo actual no consiste únicamente en prevenir el sufrimiento, sino también en ayudar a los jóvenes a desarrollar recursos personales que les permitan afrontarlo de manera constructiva.

Esta cuestión adquiere una relevancia especial en el ámbito escolar. Los centros educativos están llamados a ofrecer entornos seguros, inclusivos y emocionalmente saludables, tal y como promueven las actuales orientaciones

educativas sobre bienestar emocional (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023). No obstante, también deben favorecer experiencias de aprendizaje que impliquen esfuerzo, perseverancia, responsabilidad y capacidad de superación. La escuela no puede eliminar todas las dificultades presentes en la vida de los estudiantes, ni debería aspirar a hacerlo. Su función educativa consiste, en gran medida, en acompañar al alumnado en el desarrollo de competencias que le permitan afrontar dichas dificultades con progresiva autonomía.

En este contexto, la educación emocional se presenta como una herramienta especialmente valiosa para integrar protección y autonomía. Lejos de promover la evitación sistemática del malestar, una educación emocional de calidad debe favorecer el autoconocimiento, la regulación emocional, la empatía, la toma de decisiones responsables y la capacidad para afrontar los desafíos cotidianos de manera equilibrada (Pérez & Filella, 2019; Escobar et al., 2020; Bisquerra & Hernández Paniello, 2023). Desde esta perspectiva, el bienestar emocional no constituye un estado permanente de satisfacción, sino la capacidad de adaptarse de forma saludable a las circunstancias cambiantes de la vida.

Por ello, el reto educativo contemporáneo no puede plantearse en términos de oposición entre protección y autonomía. Ambas dimensiones forman parte de un mismo proceso de desarrollo y deben entenderse como complementarias. Proteger implica crear condiciones seguras para el aprendizaje y el crecimiento personal; educar para la autonomía supone ofrecer oportunidades para asumir responsabilidades, afrontar dificultades y desarrollar recursos propios. La tarea de la escuela consiste precisamente en encontrar el equilibrio entre ambas dimensiones, contribuyendo así a la formación de personas capaces de construir su bienestar sin depender exclusivamente de la eliminación de cualquier experiencia de malestar o dificultad.

4. LA ESCUELA ANTE LOS NUEVOS DESAFÍOS EMOCIONALES

Las transformaciones sociales descritas anteriormente tienen una traducción directa en la realidad cotidiana de los centros educativos. En los últimos años, numerosos profesionales de la educación han constatado un incremento de las demandas relacionadas con el bienestar emocional, tanto por parte del alumnado como de las familias. Esta realidad se refleja en un mayor número de consultas vinculadas a dificultades emocionales, problemas de adaptación, conflictos relacionales, ansiedad ante situaciones académicas o dificultades para afrontar experiencias de frustración y fracaso, una tendencia que también ha sido señalada en diversos informes nacionales e internacionales sobre infancia y adolescencia (Fundación ANAR & Fundación Mutua Madrileña, 2024; UNESCO, 2024).

Desde la orientación educativa se observa cómo muchas de estas situaciones no responden necesariamente a trastornos psicológicos, sino a dificultades asociadas a los procesos normales de desarrollo personal y social. La adolescencia continúa siendo una etapa caracterizada por cambios físicos, emocionales y relacionales que generan incertidumbre y requieren procesos de adaptación. Sin embargo, la creciente preocupación social por el bienestar emocional ha contribuido, en ocasiones, a interpretar determinadas experiencias evolutivas como situaciones problemáticas que requieren una intervención inmediata (Tercero, 2012).

Esta realidad plantea importantes desafíos para la escuela. Por una parte, resulta imprescindible reconocer y atender las necesidades emocionales del alumnado, promoviendo entornos seguros y relaciones educativas basadas en la confianza, el respeto y el acompañamiento. La evidencia científica muestra que el bienestar emocional constituye un factor estrechamente relacionado con el

aprendizaje, la convivencia y el desarrollo integral de los estudiantes (Pérez & Filella, 2019; Herrera, 2025; OECD, 2021).

Por otra parte, los centros educativos deben evitar asumir una función exclusivamente asistencial o terapéutica que desdibuje su misión educativa. La escuela no puede sustituir a los servicios sanitarios ni resolver por sí sola las complejas problemáticas sociales que afectan a la infancia y la adolescencia. Su principal aportación radica en la creación de contextos educativos que favorezcan el desarrollo de competencias personales y sociales, promoviendo la autonomía, la responsabilidad y la capacidad para afrontar las dificultades cotidianas (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023).

En este sentido, la acción educativa debe orientarse hacia la construcción de factores de protección más que hacia la eliminación de cualquier experiencia de malestar. Aprender a gestionar la frustración, afrontar conflictos interpersonales, asumir responsabilidades o perseverar ante las dificultades constituye una parte esencial del proceso educativo. Estas experiencias, cuando se producen en entornos seguros y con el adecuado acompañamiento adulto, pueden convertirse en oportunidades para el crecimiento personal, el fortalecimiento de la resiliencia y el desarrollo de competencias emocionales necesarias para la vida (Bisquerra & Hernández Paniello, 2023; Tercero, 2012).

Asimismo, la relación entre escuela y familia adquiere una especial relevancia en este contexto. La promoción del bienestar emocional requiere una actuación coordinada entre los distintos agentes educativos, evitando mensajes contradictorios y favoreciendo una comprensión compartida de los procesos de desarrollo infantil y adolescente. La corresponsabilidad educativa resulta especialmente importante cuando se trata de fomentar la autonomía personal y la

capacidad para afrontar los desafíos propios de cada etapa evolutiva (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023).

Por todo ello, los nuevos desafíos emocionales que afronta la escuela exigen respuestas educativas equilibradas. No se trata únicamente de detectar dificultades o intervenir ante situaciones de riesgo, sino de promover una cultura educativa que contribuya al desarrollo de personas emocionalmente competentes, capaces de construir relaciones saludables, afrontar la incertidumbre y participar activamente en la construcción de su propio bienestar (UNESCO, 2024; Bisquerra & Hernández Paniello, 2023).

5. EL PAPEL DE LA ORIENTACIÓN EDUCATIVA EN LA PROMOCIÓN DEL BIENESTAR Y LA AUTONOMÍA

En el contexto actual, la orientación educativa ocupa una posición estratégica para favorecer el desarrollo integral del alumnado y contribuir a la construcción de entornos educativos emocionalmente saludables. Su función trasciende la intervención puntual ante dificultades concretas, situándose como un elemento clave en la prevención, la promoción del bienestar y el acompañamiento de los procesos de desarrollo personal (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023; UNESCO, 2024).

La creciente preocupación por la salud mental y el bienestar emocional ha incrementado las expectativas depositadas sobre los servicios de orientación. Sin embargo, reducir la labor orientadora a la atención de situaciones problemáticas supondría una visión limitada de sus posibilidades educativas. La orientación no debe entenderse únicamente como un recurso para intervenir cuando aparecen dificultades, sino como una herramienta fundamental para promover competencias personales, sociales y emocionales que permitan al alumnado

afrontar los retos de la vida de manera autónoma y equilibrada (Bisquerra & Hernández Paniello, 2023).

Desde esta perspectiva, la prevención constituye uno de los ejes fundamentales de la acción orientadora. La promoción de habilidades relacionadas con el autoconocimiento, la regulación emocional, la resolución de conflictos, la toma de decisiones o la convivencia favorece la construcción de factores protectores que contribuyen al bienestar presente y futuro de niños y adolescentes (Pérez & Filella, 2019; Bisquerra & Hernández Paniello, 2023). Estas actuaciones adquieren una especial relevancia cuando se desarrollan de forma sistemática e integrada en la vida del centro, evitando que la educación emocional quede reducida a intervenciones aisladas o puntuales.

Desde la práctica cotidiana de la orientación educativa, es posible observar cómo muchas de las demandas relacionadas con el bienestar emocional no responden necesariamente a situaciones de especial gravedad, sino a las dificultades inherentes a los procesos de desarrollo personal y social. Las consultas vinculadas a conflictos entre iguales, dificultades en la gestión de la frustración, inseguridad ante la toma de decisiones o preocupaciones relacionadas con el rendimiento académico forman parte habitual de la realidad de los centros educativos. Estas situaciones ponen de manifiesto la importancia de ofrecer espacios de escucha y acompañamiento, pero también de favorecer que el alumnado desarrolle progresivamente recursos propios para afrontar los desafíos cotidianos. En este sentido, la intervención orientadora no debe limitarse a la resolución inmediata de los problemas, sino contribuir al fortalecimiento de competencias que permitan a niños y adolescentes desenvolverse con mayor autonomía y confianza en sus propias capacidades.

La orientación educativa desempeña también un papel esencial en el asesoramiento al profesorado. Los docentes constituyen una referencia fundamental para el alumnado y participan diariamente en la creación del clima emocional del aula. Por ello, resulta necesario promover una visión compartida sobre el desarrollo emocional, la autonomía personal y la gestión de las dificultades propias de cada etapa evolutiva. El acompañamiento a los equipos docentes favorece respuestas educativas coherentes y ajustadas a las necesidades reales de los estudiantes, contribuyendo a la construcción de entornos educativos más inclusivos y emocionalmente seguros (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023).

Del mismo modo, la colaboración con las familias constituye una dimensión imprescindible de la labor orientadora. La promoción del bienestar emocional requiere una actuación coordinada entre escuela y familia, basada en la corresponsabilidad educativa y en el reconocimiento mutuo de funciones. En un contexto social caracterizado por cambios profundos en las dinámicas familiares y educativas, la orientación puede contribuir a generar espacios de diálogo y reflexión que favorezcan una comprensión más equilibrada de las necesidades de protección y autonomía de niños y adolescentes (Fundación Santillana, 2021).

Por otra parte, la orientación educativa puede desempeñar un papel relevante en la construcción de una cultura escolar centrada en el desarrollo de fortalezas y recursos personales. Frente a modelos exclusivamente reactivos, orientados a la identificación de problemas, resulta necesario impulsar enfoques que promuevan la resiliencia, la participación, el sentido de pertenencia y la capacidad de afrontar las dificultades de forma constructiva (Tercero, 2012; OECD, 2021). Esta perspectiva no implica ignorar las situaciones de vulnerabilidad, sino abordarlas desde una visión preventiva y educativa que favorezca el crecimiento personal.

En definitiva, la orientación educativa se encuentra ante el desafío de contribuir al bienestar emocional del alumnado sin perder de vista la finalidad esencial de la educación: formar personas capaces de desenvolverse de manera autónoma, responsable y comprometida en una sociedad compleja y cambiante. Su aportación resulta especialmente valiosa cuando logra integrar acompañamiento y exigencia, protección y autonomía, apoyo emocional y desarrollo de competencias para la vida (UNESCO, 2024; Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023).

6. REFLEXIONES FINALES

La creciente atención que la sociedad presta al bienestar emocional de niños y adolescentes constituye una oportunidad para avanzar hacia modelos educativos más integrales y sensibles a las necesidades reales del alumnado. El reconocimiento de la dimensión emocional como parte inseparable del desarrollo humano ha permitido superar visiones reduccionistas de la educación centradas exclusivamente en la transmisión de conocimientos, situando a la persona en el centro de los procesos educativos (UNESCO, 2024).

Sin embargo, este avance también obliga a reflexionar sobre el significado que atribuimos al bienestar y sobre las respuestas educativas que articulamos para promoverlo. En ocasiones, el debate público parece asumir que el bienestar emocional equivale a la ausencia de malestar, conflicto o dificultad. Desde esta perspectiva, cualquier experiencia de frustración, incertidumbre o sufrimiento tendería a interpretarse como un problema que debe eliminarse de forma inmediata. No obstante, la experiencia educativa muestra que el crecimiento personal suele estar estrechamente vinculado a la capacidad para afrontar desafíos, superar obstáculos y aprender de las dificultades (Tercero, 2012).

La escuela se encuentra actualmente ante una realidad compleja. Por un lado, debe responder a las necesidades emocionales de un alumnado que crece en un contexto social caracterizado por la rapidez de los cambios, la hiperconectividad y la creciente incertidumbre. Por otro, tiene la responsabilidad de formar personas capaces de desenvolverse con autonomía, asumir responsabilidades y participar activamente en la construcción de sus propios proyectos vitales. Ambas tareas no son incompatibles, pero exigen encontrar un equilibrio difícil entre acompañar y exigir, proteger y permitir el aprendizaje derivado de la experiencia.

Desde esta perspectiva, la educación emocional adquiere un sentido que va más allá de la prevención de problemas o de la mejora del bienestar inmediato. Su verdadero valor radica en contribuir al desarrollo de competencias que permitan a niños y adolescentes comprender sus emociones, relacionarse de manera saludable con los demás y afrontar las dificultades inherentes a la vida. Educar emocionalmente no significa evitar el sufrimiento, sino ofrecer herramientas para comprenderlo, gestionarlo y transformarlo en una oportunidad de aprendizaje y crecimiento personal (Bisquerra & Hernández Paniello, 2023; Pérez & Filella, 2019).

La orientación educativa puede desempeñar un papel especialmente relevante en este proceso. Su posición privilegiada dentro de los centros educativos le permite impulsar actuaciones preventivas, asesorar a docentes y familias, promover culturas escolares inclusivas y favorecer una visión equilibrada del desarrollo emocional. En un momento en que las demandas relacionadas con el bienestar y la salud mental ocupan un lugar cada vez más destacado en la agenda educativa, resulta necesario reivindicar una orientación comprometida no solo con la atención a las dificultades, sino también con la promoción de fortalezas y capacidades personales (Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes, 2023).

Probablemente uno de los grandes desafíos educativos del siglo XXI consista precisamente en ayudar a las nuevas generaciones a construir un bienestar sólido y sostenible. Un bienestar que no dependa exclusivamente de la ausencia de problemas, sino de la capacidad para afrontar la incertidumbre, adaptarse a los cambios y encontrar sentido a las experiencias que forman parte de la condición humana. La escuela no puede resolver por sí sola todos los desafíos sociales contemporáneos, pero sí puede contribuir de manera decisiva a formar personas más autónomas, resilientes y preparadas para vivir en una sociedad compleja y cambiante (OECD, 2021; UNESCO, 2024).

Las reflexiones planteadas en este trabajo tienen un carácter teórico y pretenden contribuir al debate educativo sobre el bienestar emocional y la autonomía en la infancia y la adolescencia. Futuras investigaciones podrían complementar este análisis mediante estudios empíricos que permitan profundizar en la aplicación práctica de estos planteamientos en los centros educativos.

En definitiva, la cuestión no parece residir en elegir entre protección o autonomía, sino en comprender que ambas forman parte de una misma tarea educativa. Proteger significa acompañar y generar condiciones seguras para el desarrollo; educar para la autonomía implica confiar en las capacidades de niños y adolescentes y ofrecerles oportunidades para ponerlas en práctica. Encontrar ese equilibrio constituye uno de los retos más relevantes de la educación contemporánea.

REFERENCIAS

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bisquerra Alzina, R., & Hernández Paniello, S. (2023). *Educación emocional: propuestas para educadores y familias*. Desclée de Brouwer.
- Escobar, Y. R. J., Acuña, N. B., & Giraldo, M. A. A. (2020). Educación emocional y espiritual: un desafío para la escuela del siglo XXI. *Revista Cedotic*, 5(2), 34-55. <https://doi.org/10.15648/cedotic.2.2020.2642>
- Fundación ANAR. (2024). *Tecnologías. Impacto en la infancia y adolescencia en España, según su testimonio..* Fundación ANAR. <https://www.anar.org/>
- Fundación Santillana. (2021). *Educación e infancia en el siglo XXI: El bienestar emocional en la era digital*. Fundación Santillana.
- García, L. L. (2023). Retos y oportunidades para la salud mental en la infancia y la adolescencia en el siglo XXI. *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, 40(3), 1-3.
- Herrera, J. E. B. (2025). Factores emocionales y desempeño académico, desafíos de la educación socioemocional de niños, niñas y adolescentes. *ICuali*, 1, 58-72. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15149789>
- Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes. (2023). *Coordinador o coordinadora de bienestar y protección en la comunidad escolar*. Gobierno de España. <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/va/mc/sgctie/convivencia-escolar/recursos-nuevo/publicaciones/bienestar.html>
- OECD. (2021). *Beyond Academic Learning: First Results from the Survey of Social and Emotional Skills*. OECD Publishing.
- Pérez, N., & Filella, G. (2019). Educación emocional para el desarrollo de competencias emocionales en niños y adolescentes.

Praxis & *Saber*, 10(24), 23-44.
<https://doi.org/10.19053/22160159.v10.n25.2019.8941>

•Tercero, R. P. (2012). *Adolescentes en el siglo XXI: entre impotencia, resiliencia y poder*. Ediciones Morata.

•UNESCO. (2024). *Global Education Monitoring Report 2024/5: Leadership in education: Lead for learning*. UNESCO.
<https://www.unesco.org/reports/gem-report/en/2024-monitoringsdg4>