

# TOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN DESDE LA PARENTALIDAD POSITIVA

A continuación revisaremos, en las figuras de colores, un ejemplo cotidiano en un niño o niña que se enfrenta a sus tareas. Luego, en los globos blancos, se muestran las cuatro respuestas posibles de los padres.

## Ejemplo: "cuando una tarea se torna difícil"

yaaa si no es para tanto, igual te quedó bonito.  
Hagamos otro mejor

### Padres que niegan las emociones de los niños

- Minimiza los sentimientos del niño/a.
- Le incomodan las emociones negativas del niño/a y quiere que se le pasen rápido.
- Intenta distraer al niño/a para que así este se olvide de su malestar.
- Piensa que darle importancia a las emociones negativas provoca que luego estas se salgan de control.

¡ya córtala, tranquilízate, arrégalo rápido!  
¡Cálmate! ¡Si no ya vas a ver lo que te va a pasar!

### Padres que castigan las emociones

- Critica las emociones negativas del niño/a.
- Considera que las emociones demuestran debilidad, por lo que debe "endurecer" al niño/a.
- Utiliza castigos como forma de controlar las emociones negativas del niño/a.

Llora, grita, patalea, no importa... sólo saca la emoción y se te pasará

### Padres permisivos con las emociones

- Acepta las emociones del niño pero no pone límites a su conducta.
- Piensa que con dejar al niño/a desahogarse ya es suficiente.
- No guía al niño/a para que este comprenda y gestione sus emociones, ni para que resuelva el conflicto inicial.

### Padres entrenadores emocionales

- Acepta y toma en serio todas las emociones del niño/a, pero pone límites a la conducta de ser necesario.
- Reconoce las emociones como una oportunidad de conectar con el niño/a y enseñarle sobre manejo emocional así como resolución de problemas.

Entiendo que no te resulte como tu quieres.  
Sé que estás enojado, pero no puedes irte a tu habitación

## Efectos de los distintos estilos en los niños/as:

### Padres que niegan y castigan las emociones

Los niños/as aprenden que sus emociones son incorrectas, inválidas o inapropiadas. Tienen dificultad para manejar sus emociones.

### Padres permisivos con las emociones

Los niños/as tienen dificultad para manejar sus emociones, concentrarse, hacer amigos o llevarse bien con otros niños/as.

### Padres que entrenan las emociones

Los niños/as saben regular sus emociones, así como resolver problemas. Tienen una elevada autoestima, aprenden de una mejor manera, y se llevan bien con los demás.

Para más información o para resolver dudas, puedes contactarnos en:



HPV Rancagua



@hpvrancagua



hpvcontesta@gmail.com



EDUCACIÓN  
RANCAGUA