

COMPORTAMIENTOS DE SEGURIDAD VS. ABILIDADES DE AFRONTAMIENTO

COMPORTAMIENTOS DE SEGURIDAD

- Ayudan a su hijo/a a sentirse menos ansioso a corto plazo
- Se interponen en el camino de la construcción de la confianza
- No ayudan al niño/a a cumplir sus metas
- No dejan que su hijo/a aprenda sobre sus miedos
- El niño/a siente que tiene que hacerlos
- Usados demasiado
- Usados de forma rígida o muy particular
- Frecuentemente causan estrés en la familia

ABILIDADES DE AFRONTAMIENTO

- Ayudan a su hijo/a a sentirse menos ansioso a corto plazo
- Ayudan a su niño/a a enfrentarse a sus miedos
- Ayudan a su hijo/a a cumplir sus metas
- Usadas de forma flexible
- No causan estrés en la familia