

A FRUSTRAÇÃO COMO VILÃO NO DESENVOLVIMENTO INFANTO-JUVENIL: “O QUE ESTAMOS ENSINANDO PARA OS NOSSOS FILHOS?”

FRUSTRATION AS A VILLAIN IN CHILD AND ADOLESCENT DEVELOPMENT:
“WHAT ARE WE TEACHING OUR CHILDREN?”

LA FRUSTRACIÓN COMO VILLANO EN EL DESARROLLO INFANTIL Y
JUVENIL: “¿QUÉ ESTAMOS ENSEÑANDO A NUESTROS HIJOS?”

Francilene Costa Noronha Bucheni¹
Susana Gib Azevedo²

RESUMO: O presente estudo investiga a relação entre estilos parentais e saúde emocional em crianças, com o objetivo de compreender como os pais lidam com a frustração pessoal e a frustração vivenciada por seus filhos. A problemática central reside na falta de habilidades para lidar com a frustração, a qual pode perpetuar ciclos de violência, ansiedade e depressão. Para tanto, foi adotada uma abordagem metodológica mista, que combina pesquisa bibliográfica e primária, incluindo entrevistas semiestruturadas. Este estudo visa identificar estratégias eficazes para ensinar crianças a lidar com a frustração, ressaltando que a formação de crianças resilientes depende não apenas de suas experiências individuais, mas também da qualidade das interações e do suporte emocional recebido em seus ambientes familiares. Os resultados esperados indicam que a promoção de habilidades emocionais e a conscientização dos pais sobre suas práticas parentais são cruciais para o desenvolvimento saudável das crianças.

Palavras-chave: Estilos parentais. Saúde emocional. Frustração. Resiliência. Crianças.

1732

ABSTRACT: This study investigates the relationship between parenting styles and emotional health in children, aiming to understand how parents deal with personal frustration and the frustration experienced by their children. The central issue lies in the lack of skills to cope with frustration, which can perpetuate cycles of violence, anxiety, and depression. To this end, a mixed-methods approach was adopted, combining bibliographic and primary research, including semi-structured interviews. This study aims to identify effective strategies for teaching children how to manage frustration, emphasizing that the development of resilient children depends not only on their individual experiences but also on the quality of interactions and emotional support received in their family environments. The expected results indicate that promoting emotional skills and raising parental awareness of their parenting practices are crucial for the healthy development of children.

Keywords: Parenting styles. Emotional health. Frustration. Resilience. Children.

¹Pós-graduada em Neurociencia, Educação e Desenvolvimento Infantil pela PUCRS 2023/2024. Experiência em diagnóstico, TEA, TDAH, Dislexia, discalculia entre outros transtornos neurodivergente. Escritora de contos infantis, Psicóloga Clínica, psicóloga parental, orientação profissional para TEA, experiência com transtorno alimentar e sensibilidade sensorial, experiência com práticas de atividades em Habilidades sociais. Graduada em psicologia,

²Psicóloga Clínica, com Mestrado em Comunicação Social e especialização em Psicopedagogia pela PUCRS. Professora Adjunta da PUCRS com 38 anos de docência.

Por 15 anos professora da Unisinos e da ESPM Poa.

RESUMEN: El presente estudio investiga la relación entre los estilos parentales y la salud emocional en niños, con el objetivo de comprender cómo los padres gestionan tanto su propia frustración como la frustración experimentada por sus hijos. La problemática central radica en la falta de habilidades para manejar la frustración, lo que puede perpetuar ciclos de violencia, ansiedad y depresión. Para ello, se adoptó un enfoque metodológico mixto, que combina investigación bibliográfica y primaria, incluyendo entrevistas semiestructuradas. Este estudio busca identificar estrategias eficaces para enseñar a los niños a manejar la frustración, destacando que la formación de niños resilientes depende no solo de sus experiencias individuales, sino también de la calidad de las interacciones y del apoyo emocional recibido en sus entornos familiares. Los resultados esperados indican que la promoción de habilidades emocionales y la concienciación de los padres sobre sus prácticas parentales son fundamentales para el desarrollo saludable de los niños.

Palabras clave: Estilos parentales. Salud emocional. Frustración. Resiliencia. Niños.

INTRODUÇÃO

A compreensão da experiência humana exige uma análise crítica do contexto histórico e social que moldou nossa identidade. A modernidade, caracterizada por profundas transformações sociais, econômicas e políticas, rompeu paradigmas fundamentais, incluindo o conceito de infância.

Historicamente, os estudos sobre a criança e a infância passaram por significativas reconfigurações. Nos séculos XVIII e XIX, filósofos como Jean-Jacques Rousseau começaram a reconhecer a infância como uma fase crucial do desenvolvimento humano, enfatizando a necessidade de proteção e educação adequada. Com o advento da psicanálise, Sigmund Freud introduziu a ideia de que a infância é fundamental para a formação da personalidade, destacando a importância das experiências emocionais precoces. Autores como Anna Freud e Melanie Klein expandiram essa visão, explorando os aspectos emocionais e relacionais do desenvolvimento infantil, enquanto Benjamin Spock, em suas obras, trouxe uma abordagem mais prática e acessível à educação e criação de crianças. Ao longo do século XX, as ciências sociais e a psicologia do desenvolvimento também contribuíram para uma compreensão mais holística da infância, integrando aspectos culturais, sociais e econômicos. No entanto, a frustração infantil permanece um tema pouco explorado, indicando uma lacuna na literatura existente.

Tendo em vista essa lacuna, esta pesquisa tem como objetivo central analisar o sentimento da frustração no processo de educação com pais, educadores e cuidadores, visando identificar os principais fatores contribuintes para o desenvolvimento das crianças, seja positivo ou negativo. Além dos seguintes objetivos específicos: examinar a relação entre estilos parentais e saúde emocional em crianças; investigar como as pessoas lidam com a frustração pessoal e a

frustração dos seus filhos; e identificar estratégias eficazes para ensinar crianças a lidar com a frustração.

Para alcançar esses objetivos, foi realizada uma abordagem metodológica mista, combinando uma revisão bibliográfica apoiada em livros, artigos e revistas científicas sobre o tema, e uma coleta de dados primários através de entrevistas semiestruturadas com 40 participantes, utilizando uma abordagem quantitativa e qualitativa inspirada em autores como Minayo (2010) e Triviños (2013).

Na revisão bibliográfica foram consultados livros, artigos e revistas científicas, com foco em autores como Sigmund Freud, John Bowlby (1999), Erik Erikson (1993) e Jean Piaget (1994), além dos estudos do *Tracking Adolescents' Individual Lives Survey* (TRAIL, 2018) e do trabalho de Maria Kodato (2004), que é particularmente relevante para esta pesquisa, pois destaca a importância de ensinar crianças a lidar com a frustração de maneira saudável e construtiva.

Para coletar dados primários, foi utilizado um questionário autoaplicável, composto por 10 questões, sendo cinco fechadas e cinco abertas. O instrumento foi elaborado com o objetivo de responder às seguintes questões norteadoras: como as pessoas lidam com a frustração pessoal e a frustração de seus filhos? E como é possível ensinar crianças a superar esses sentimentos, tornando-as mais conscientes e resilientes?

1734

O questionário foi disponibilizado através do aplicativo *Google Forms*, garantindo anonimato e confidencialidade dos respondentes. Posteriormente, os dados coletados foram submetidos a uma análise quantitativa e qualitativa, com a elaboração de cinco gráficos, permitindo uma visão detalhada e objetiva dos resultados. A pesquisa contou com a participação de 40 indivíduos, com idades entre 18 e 60 anos, sem critério de exclusão de gênero. Foram excluídos participantes com doenças mentais graves ou déficit cognitivo, e a duração média para responder às questões foi de 15 a 20 minutos. A pesquisa foi realizada entre 02/09/2024 e 07/09/2024.

O texto está organizado em três seções além desta introdução. A primeira seção é dedicada à revisão de literatura sobre a frustração da criança e estilos parentais. Posteriormente, apresenta-se resultados da pesquisa e uma discussão sobre os achados e suas implicações práticas. Por fim, as conclusões resumem os principais achados e sugerem direções futuras para pesquisa.

FRUSTRAÇÃO E SEUS DESAFIOS NA EDUCAÇÃO

O século XXI está marcado por avanços significativos em diversas áreas, refletindo em uma melhoria substancial na qualidade de vida humana. A pesquisa em alimentação, saúde e medicina têm prolongado a expectativa de vida, enquanto a educação se torna cada vez mais acessível, com recordes de matrículas em escolas e universidades. Paralelamente, a revolução tecnológica transforma radicalmente a sociedade, proporcionando poder e conectividade sem precedentes. Segundo Manuel Castells (1996), essa nova era de comunicação em tempo real simboliza uma fase da evolução humana.

Contudo, essa evolução não está isenta de desafios. A educação contemporânea enfrenta uma crise profunda, incapaz de atender às necessidades e expectativas de alunos, professores e familiares. A rigidez curricular, a falta de flexibilidade e a incapacidade de lidar com a diversidade são fatores que contribuem para essa crise. Nesse contexto, a frustração surge como um conceito fundamental para entender as dinâmicas psicológicas e sociais que influenciam o desenvolvimento humano.

A palavra frustração origina-se do latim *frustratio*, que significa desapontamento e decepção. No campo da psicologia, a frustração é definida como um estado emocional negativo que ocorre quando um indivíduo é impedido de alcançar um objetivo ou satisfazer uma necessidade. Segundo Faiad et al. (2016), a frustração é um fenômeno complexo que envolve a interação entre fatores cognitivos, emocionais e ambientais. Sentir-se frustrado é uma resposta normal da condição humana, que envolve a vivência de dificuldades. No entanto, o que diferencia as pessoas é o nível de frustração que elas conseguem tolerar (HARRIS, 1980).

1735

Na educação infantil, as crianças precisam aprender a aprender constantemente, o que pode despertar sentimentos de frustração ao se depararem com desafios até a aquisição do conhecimento. O medo do novo pode levar a criança a interpretar esse sentimento como uma emoção negativa. O ato de arriscar algo novo ou tentar resolver uma situação pode aumentar a intolerância ao sentimento de frustração, tornando-a mais inflexível.

Segundo Freud, em seu livro *O Mal-Estar na Civilização* (1930), a frustração resulta da proibição de satisfazer um instinto. Ele descreve a frustração como a impossibilidade de um instinto ser satisfeito, caracterizando-a como proibição o regulamento que estabelece tal frustração e como privação a condição resultante dessa proibição.

Outros autores importantes também contribuíram para o entendimento da frustração. O psicólogo social Leon Festinger (1957) desenvolveu a Teoria da Dissonância Cognitiva,

explicando como a frustração surge quando há um conflito entre crenças e comportamentos. O psicólogo humanista Carl Rogers (1961) enfatizou a importância da autopercepção e da autoestima no enfrentamento da frustração. Além disso, o psicólogo cognitivo Albert Bandura (1977) demonstrou como a frustração pode ser influenciada pela percepção de controle e autoeficácia.

A partir dessas perspectivas, é possível compreender a frustração como um obstáculo que impede o indivíduo de realizar seus desejos. A consequência de não alcançar o que se deseja origina um sentimento de impotência, que pode ser interpretado como frustração. Privar uma criança de seus desejos é, na verdade, uma oportunidade para ensiná-la a desenvolver habilidades criativas e imaginativas, promovendo resiliência e a capacidade de aceitar a frustração como parte do processo de aprendizagem. Como observa Piaget, "a inteligência é o que é necessário para lidar com a frustração" (PIAGET, 1976, p. 123), enfatizando assim a importância da adaptação e da flexibilidade emocional no desenvolvimento cognitivo das crianças. Portanto, ao enfrentar a frustração, as crianças podem aprender a elaborar estratégias que as ajudarão a seguir em frente em suas jornadas de aprendizagem.

A frustração é um fenômeno complexo que desempenha um papel significativo no processo de desenvolvimento cognitivo e emocional da criança. Desde cedo, o cérebro da criança é programado para buscar recompensas; contudo, a frustração inverte esse processo, tornando o desprazer uma resposta comum. Essa experiência pode ser especialmente desafiadora para as crianças que estão aprendendo a aprender, pois elas precisam desenvolver habilidades emocionais e cognitivas para lidar com a frustração.

1736

Nesse contexto, a frustração pode alterar o funcionamento do cérebro de duas formas. A frustração positiva, segundo Kodato (2004), está relacionada ao desenvolvimento da plasticidade e flexibilidade emocional. Isso inclui o desenvolvimento de competências emocionais, como perseverança, empatia, resiliência, gentileza, generosidade, paciência, otimismo, fé, foco, coragem, perdão e gratidão. Além disso, a criatividade é uma habilidade importante no processo de aprendizagem, pois permite que as crianças encontrem soluções inovadoras para problemas e superem obstáculos.

Por outro lado, a frustração negativa pode ter manifestações corporais e cognitivas negativas quando a criança não desenvolve flexibilidade emocional. Bowlby (1999) destaca que a qualidade do vínculo afetivo pode influenciar como a criança lida com a frustração, sugerindo que um apego seguro pode ajudar a criança a desenvolver resiliência emocional em face de

desafios. Erikson (1993), por sua vez, enfatiza que a resolução positiva das crises psicossociais, como a autonomia e a iniciativa, é crucial para o desenvolvimento saudável da criança. A frustração não resolvida pode levar a sentimentos de vergonha e dúvida, impactando negativamente a autoestima e a capacidade de enfrentar desafios.

Anna Freud (1994) e Melanie Klein (1993) também abordam a importância da experiência emocional na infância. Anna Freud enfatiza a função do ego na mediação das frustrações e na adaptação da criança ao ambiente, enquanto Klein destaca o papel das relações objetais na formação da personalidade e na capacidade de lidar com as frustrações emocionais. Benjamin Spock (2003) reforça a ideia de que um ambiente familiar amoroso e flexível é essencial para o desenvolvimento emocional saudável das crianças, permitindo que elas explorem suas emoções e aprendam a gerenciá-las.

Segundo o *Estudo sobre Resiliência e Frustração na Infância*, TRAIL, (2018), existem dois tipos de fatores de risco para o desenvolvimento de ansiedade. São eles:

Temperamento;

Alta frustração;

Baixa autorregulação da reatividade emocional e do comportamento;

Presença de transtornos internalizantes dos pais;

Comportamento superprotetor ou de rejeição.

1737

Esses fatores de risco podem levar a consequências negativas, como baixo rendimento escolar, dificuldades emocionais e comportamentais, ansiedade e depressão. Portanto, é essencial que as famílias e educadores estejam cientes desses riscos e desenvolvam estratégias para ajudar as crianças a lidar com a frustração de maneira saudável.

Em síntese, a frustração é um fenômeno complexo que pode ter impactos significativos no desenvolvimento cognitivo e emocional da criança. A compreensão dos fatores de risco e a implementação de estratégias de prevenção e intervenção são fundamentais para promover o bem-estar emocional e o sucesso acadêmico das crianças. Além disso, é crucial reconhecer a importância da flexibilidade emocional e da criatividade no processo de aprendizagem e desenvolvimento.

A ideia de que a frustração é um sentimento necessário para o desenvolvimento saudável da criança pode parecer contraintuitiva, mas é fundamental para a formação de habilidades emocionais e cognitivas. Ao permitir que as crianças experimentem a frustração, estamos lhes ensinando a lidar com obstáculos, a perseverar e a desenvolver resiliência. Esse processo é

essencial, pois, para Piaget (1994), a aprendizagem envolve interação e crescimento pessoal, o que enfatiza a importância de enfrentar dificuldades para o crescimento.

Ensinar que a frustração é um sentimento que contribui para a resiliência requer um trabalho de repetição e paciência por parte dos educadores. Educar com criatividade exige do educador a imaginação necessária para entrar no mundo da criança e sensibilizá-la diante desse sentimento negativo. No entanto, é importante reconhecer que, em algumas situações, a falta de flexibilidade cognitiva pode levar a criança a não compreender a importância de enfrentar a frustração. Essa compreensão é vital, pois Erikson (1993) destaca que a resolução bem-sucedida de crises, como a autonomia, é crucial para o desenvolvimento saudável.

Quando evitamos que a criança vivencie a frustração, transmitimos a ideia de que a vida se baseia apenas em recompensas. Essa perspectiva é enganosa. Ao longo de sua formação, a criança começa a entender as perdas, as esperas e os ganhos, aprendendo a valorizar mais as conquistas que vêm através do esforço. Segundo Pinheiro (2007),

É fundamental para o processo de desenvolvimento do ser humano que permita ao indivíduo, desde criança, viver frustrações, na medida de sua habilidade para assimilá-las. Nesse contexto, o indivíduo pode aprender a superar situações sociais, em vez de apenas manipulá-las para diminuir seus efeitos. (PINHEIRO apud VAVASSORI, 2017, p. 192, 193).

A citação de Pinheiro ressalta a importância da frustração no desenvolvimento humano. _____ 1738
Permitir que as crianças experimentem a frustração ensina-as a lidar com obstáculos de maneira saudável, em vez de evitar ou manipular situações para escapar do desconforto. Esse aprendizado é fundamental para o desenvolvimento de habilidades emocionais e cognitivas, como resiliência, perseverança e flexibilidade.

Além disso, a frustração pode atuar como um catalisador para o desenvolvimento de novas habilidades e criatividade. Ao enfrentar obstáculos, as crianças são incentivadas a pensar de maneira criativa e a encontrar soluções inovadoras. Isso não apenas ajuda a superar a frustração imediata, mas também desenvolve habilidades valiosas para a vida adulta. Assim, ao ensinar as crianças a lidar com a frustração, estamos proporcionando as ferramentas necessárias para que se tornem adultos mais resilientes, flexíveis e criativos.

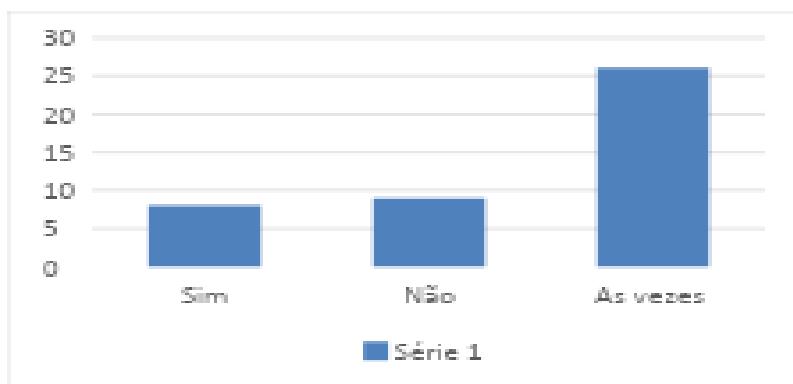
ANÁLISE QUANTITATIVA E QUALITATIVA DA PESQUISA

A análise desta pesquisa, realizada por meio de uma abordagem metodológica mista, que combina técnicas quantitativas e qualitativas, visou investigar a relação entre dificuldade em lidar com frustração em adultos e seu impacto na educação de crianças. Segundo Piaget (1994),

a frustração é uma experiência necessária para o desenvolvimento cognitivo, pois permite que as crianças aprendam a resolver problemas e a se adaptarem a novas situações. Erickson (1993) complementa essa visão ao afirmar que a capacidade de enfrentar e superar frustrações é fundamental para o desenvolvimento da identidade e da autoestima na infância.

Nesse contexto, a análise quantitativa permitiu identificar padrões e tendências nos dados coletados, enquanto a análise qualitativa proporcionou uma compreensão mais profunda das experiências e percepções dos participantes. Combinando essas duas abordagens, buscou-se identificar estratégias eficazes para promover a resiliência emocional em crianças, considerando os estilos parentais, a saúde emocional e as experiências de frustração infantil.

Gráfico 1: Dificuldade em lidar com a frustração.



1739

A análise do Gráfico 1 revela uma correlação significativa entre a frustração e a manifestação de sintomas emocionais negativos em crianças. A incerteza dos pais em lidar com a frustração pode perpetuar a falta de habilidades emocionais nas crianças, tornando-as mais propensas a apresentar ansiedade, tristeza e outros sintomas afetivos. Esses achados são coerentes com a literatura que sugere que a frustração mal gerida pode levar a dificuldades emocionais e comportamentais em crianças. Além disso, os dados indicam que a raiva é um sentimento comum em crianças frustradas, o que pode ser atribuído à falta de habilidades emocionais para lidar com a frustração de maneira saudável. A prevalência de sintomas como tristeza, ansiedade, desespero e medo sugere que a frustração pode ter um impacto significativo no bem-estar emocional das crianças.

Esses resultados destacam a importância de ensinar às crianças habilidades emocionais para lidar com a frustração de maneira eficaz, transformando sentimentos negativos em oportunidades de crescimento e desenvolvimento. É fundamental que os pais e educadores estejam cientes desses riscos e desenvolvam estratégias para promover a resiliência emocional

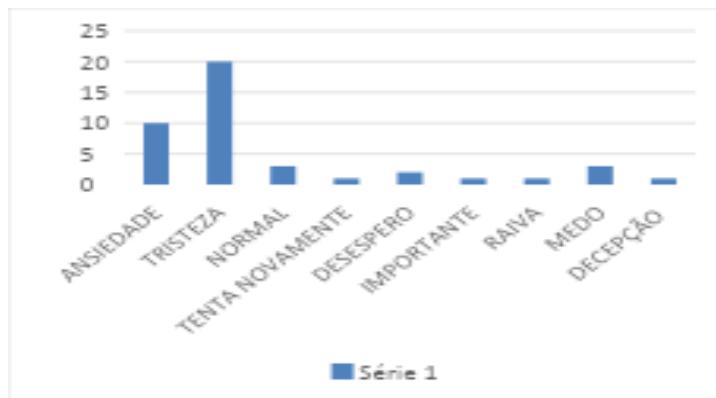
em crianças. De acordo com Bowlby (1999), a qualidade do vínculo afetivo que as crianças estabelecem com seus cuidadores é essencial para o desenvolvimento emocional saudável. A insegurança na relação com os pais pode intensificar a dificuldade em lidar com a frustração, levando a um ciclo de reações emocionais negativas. Assim, fortalecer os laços afetivos e garantir um ambiente seguro pode contribuir para que as crianças desenvolvam melhores habilidades emocionais e, consequentemente, se tornem mais resilientes diante das adversidades.

Além disso, Piaget (1994) enfatiza que a frustração é uma parte fundamental do processo de aprendizagem. Ele argumenta que enfrentar e superar desafios é crucial para o desenvolvimento cognitivo, pois permite que as crianças construam conhecimento a partir de suas experiências. A frustração, quando bem administrada, pode fomentar a criatividade e a capacidade de resolução de problemas, habilidades que são vitais para a vida adulta. Portanto, educadores e pais devem encorajar as crianças a ver a frustração não apenas como um obstáculo, mas como uma oportunidade de aprendizado.

O estudo TRAIL (2018) também aponta que a falta de habilidades de autorregulação emocional, aliada a fatores como temperamento e estilos parentais, pode aumentar a vulnerabilidade das crianças à ansiedade e a outros problemas emocionais. Assim, é imperativo que intervenções educativas abordem não apenas o manejo da frustração, mas também promovam habilidades de autorregulação, permitindo que as crianças desenvolvam um repertório emocional mais amplo e eficaz.

1740

Gráfico 2: Quais os sentimentos quando nos frustramos?



A análise do Gráfico 2 revela que a tristeza é o sentimento mais recorrente quando se trata de frustração, seguida pela ansiedade como uma emoção secundária que causa desconforto.

Esses achados sugerem que a frustração pode ter um impacto significativo no bem-estar emocional das crianças.

Além disso, a tristeza emerge como uma resposta comum à frustração, motivada por várias razões interconectadas, a saber:

Expectativas não atendidas.

Sentimento de impotência.

Perda de controle.

Falha pessoal.

Desejos não realizados.

Estresse e ansiedade.

Memórias negativas.

Baixa autoestima.

Essas razões estão profundamente entrelaçadas, pois a frustração pode gerar um ciclo vicioso de sentimentos negativos; por exemplo, a não realização de desejos pode levar a sentimentos de impotência e falha pessoal, intensificando a tristeza e a ansiedade. Além disso, a perda de controle e a reativação de memórias negativas podem exacerbar ainda mais esses sentimentos.

1741

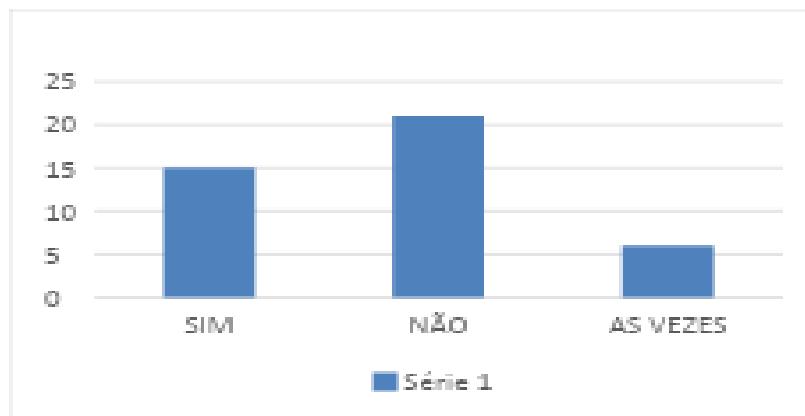
Diante desses achados, é crucial reconhecer que a tristeza e a ansiedade podem afetar significativamente o sono, rendimento escolar, alimentação e comportamento das crianças. Portanto, é fundamental buscar ajuda profissional quando os sintomas forem significativos. Nesse sentido, para crianças, o pediatra pode ser o primeiro ponto de contato, enquanto para adolescentes, os pais ou responsáveis podem procurar diretamente um psicólogo.

O estudo TRAIL (2018) destaca que a frustração mal gerida pode levar a dificuldades emocionais a longo prazo, enfatizando a importância de intervenções precoces. A percepção de que a frustração é uma experiência inevitável e, em certa medida, necessária para o desenvolvimento emocional saudável deve ser parte da educação emocional das crianças. A abordagem de Bowlby (2014) sobre a teoria do apego reforça essa ideia, sugerindo que um vínculo seguro com os cuidadores pode ajudar as crianças a desenvolver resiliência ao enfrentar frustrações. Quando os cuidadores respondem de forma adequada às emoções da criança, elas se sentem apoiadas e seguras, o que pode mitigar os efeitos negativos da frustração.

A busca imediata por serviços de saúde é fundamental para prevenir o agravamento dos sintomas e evitar consequências mais graves, como depressão e pensamentos suicidas. Assim,

a melhor abordagem é acolher a tristeza e oferecer suporte emocional, em vez de ignorá-la ou minimizá-la. Essa atitude pode contribuir para a promoção da resiliência emocional e do bem-estar das crianças, preparando-as para lidar com os desafios futuros de forma mais saudável e construtiva.

Gráfico 3: Sentimentos dos pais influencia na tomada de decisão



A análise do Gráfico 03 revela que, apesar de uma parcela significativa dos participantes não acreditar que o sentimento influencia na educação, a prevalência de respostas afirmativas ("sim" e "às vezes") foi substancial. Isso sugere que os educadores, em sua maioria, reconhecem a influência emocional no processo educativo, um aspecto que pode ter tanto efeitos positivos quanto negativos. Essa consciência é fundamental, pois a capacidade de um educador de perceber e gerenciar as emoções pode impactar diretamente no ambiente de aprendizagem e nas experiências dos alunos.

1742

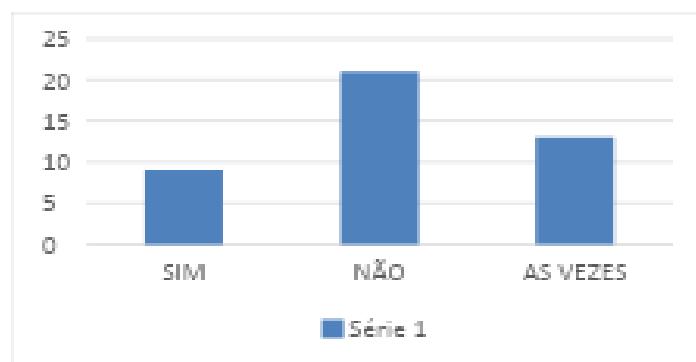
Essa percepção é respaldada pela literatura especializada, que destaca a importância dos estilos parentais na educação dos filhos. Autores como Diana Baumrind, que categoriza os estilos parentais em autoritário, autoritativo e permissivo, e Benjamin Spock, que enfatiza a criação em um ambiente familiar amoroso e flexível, mostram que as interações emocionais entre pais e filhos são cruciais para o desenvolvimento das crianças. Além disso, a obra de Piaget (1994) sobre o desenvolvimento cognitivo infantil revela que as emoções desempenham um papel vital na aprendizagem, pois a frustração e a satisfação são componentes essenciais no processo de assimilação e acomodação de novas informações. Segundo Piaget, as crianças aprendem não apenas através da razão, mas também através de suas experiências emocionais, que moldam sua compreensão do mundo.

A pandemia de Covid-19 acentuou essa complexidade, com um aumento significativo na procura por profissionais de saúde, incluindo psicoterapia infanto-juvenil. O isolamento social

afetou profundamente as crianças, que perderam oportunidades de brincar e interagir com amigos, resultando em impactos emocionais, psicológicos e sociais. Essa situação ressalta a necessidade urgente de estratégias que ajudem as crianças a expressar e processar suas emoções. Piaget também ressaltou que as interações sociais são fundamentais para o desenvolvimento, e a falta delas pode resultar em um impacto negativo no aprendizado e na formação da identidade.

Dante desse cenário, os pais enfrentam desafios adicionais em casa, precisando desenvolver imaginação e criatividade para criar atividades de qualidade que ocupem o tempo das crianças. A promoção de um ambiente que estimule a exploração e a expressão emocional é crucial. Atividades que integrem jogos e brincadeiras, por exemplo, podem servir como ferramentas para ensinar habilidades emocionais, além de facilitar a comunicação e a resolução de conflitos. Assim, é fundamental que os educadores e pais estejam cientes da importância de um suporte emocional adequado, que não apenas reconheça, mas também valorize a influência das emoções no aprendizado e no desenvolvimento das crianças.

Gráfico 4: Frustração é um sentimento ruim



1743

Os resultados do gráfico revelam que apenas 9% dos participantes concordam plenamente que a frustração é um sentimento ruim, enquanto 20% discordam e 13% consideram que às vezes é. Esses números sugerem que a percepção da frustração é complexa e variada. A baixa porcentagem de concordância (9%) pode indicar que muitos participantes não veem a frustração como um sentimento intrinsecamente negativo, mas sim como uma resposta natural a situações desafiadoras. Isso está em consonância com a perspectiva de Jean Piaget, que afirma que a frustração pode ser uma parte essencial do processo de aprendizagem, proporcionando às crianças oportunidades de desenvolver habilidades de resolução de problemas e adaptação (PIAGET, 1994).

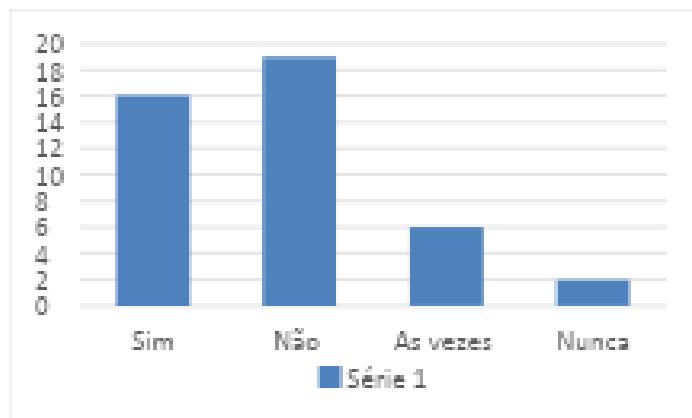
Além disso, a parcela significativa de respostas "não" (20%) sugere que alguns participantes percebem a frustração como uma oportunidade para crescimento e aprendizado. Essa visão é reforçada por Erikson (1993), que enfatiza a importância dos desafios emocionais no desenvolvimento psicossocial. Segundo o autor, a capacidade de enfrentar e superar a frustração é crucial para o desenvolvimento da confiança e autonomia na infância. Os dados indicam que a frustração pode, portanto, ser entendida como um componente necessário para o fortalecimento da resiliência emocional.

A presença de 13% de respostas "às vezes" revela que a percepção da frustração é contextual e depende da situação específica. Isso sugere que a frustração pode ser vista como negativa em certos contextos, mas não em outros. Por exemplo, em situações onde as expectativas são irrealistas ou onde a criança não possui as ferramentas necessárias para lidar com os desafios, a frustração pode se tornar um sentimento debilitante. Nesse sentido, é importante que pais e educadores estejam preparados para ajudar as crianças a interpretar a frustração de maneira construtiva, transformando-a em uma oportunidade para aprender e crescer.

Esses resultados destacam a importância de considerar a complexidade da frustração e suas implicações emocionais e psicológicas. A compreensão de que a frustração pode ser uma resposta natural e até benéfica em algumas situações é crucial para promover um ambiente de aprendizado saudável. Fomentar essa perspectiva pode ajudar as crianças a desenvolver uma visão mais positiva sobre os desafios que enfrentarão ao longo da vida.

1744

Gráfico 5: Você ensina seu filho a ser resiliente.



A análise do Gráfico 5 revela que apenas 15% dos participantes acreditam que seus filhos possuem resiliência, enquanto 18% discordam e 7% consideram que às vezes sim. Além disso,

1-2% afirmam que nunca perceberam essa qualidade nos filhos. Esses resultados indicam uma percepção variada sobre a resiliência, com uma tendência geral de questionamento quanto à capacidade das crianças de enfrentar e superar desafios.

Esses achados são preocupantes, pois a resiliência é um fator crítico para o desenvolvimento saudável das crianças. Freud (2006) sugere que a capacidade de lidar com frustrações e desafios é fundamental para a formação da personalidade, e que a superação de dificuldades contribui para a construção de um eu forte.

A resiliência, derivada do latim "resiliens", que significa "saltar" ou "impulsionar", é uma habilidade que permite às crianças se renovarem e superarem obstáculos, sendo essencial para a flexibilidade cognitiva ao longo de seu desenvolvimento.

Além disso, a percepção limitada de resiliência entre os pais pode ser reflexo de um ambiente familiar não suficientemente amoroso e flexível. Castells (1996) argumenta que as relações sociais e emocionais são fundamentais para o desenvolvimento humano, e que a falta de apoio emocional pode comprometer a capacidade das crianças de desenvolverem resiliência. A resiliência é reforçada por experiências desafiadoras e pela superação, e a presença de um ambiente de apoio é crucial nesse processo.

A análise dos cinco gráficos quantitativos, complementada pela análise qualitativa das respostas abertas, oferece uma visão abrangente da percepção dos pais sobre a educação emocional e a resiliência de seus filhos. Os resultados quantitativos sublinham a necessidade de abordar a frustração e desenvolver habilidades de resiliência, além de promover ambientes familiares que favoreçam a saúde emocional. A análise qualitativa revelou padrões e temas recorrentes, como:

A necessidade de os pais serem conscientes de suas próprias emoções e estilos parentais para apoiar o desenvolvimento saudável de seus filhos.

A importância da comunicação eficaz e do diálogo aberto entre pais e filhos.

A influência do ambiente familiar no desenvolvimento emocional das crianças.

Além disso, a análise qualitativa também destacou a necessidade de:

Desenvolver habilidades de autoconhecimento e autorregulação emocional nos pais.

Fomentar a autonomia e a independência das crianças.

Promover atividades que estimulem a resiliência e a criatividade.

Portanto, esses achados fornecem subsídios valiosos para o desenvolvimento de estratégias eficazes de educação emocional e promoção da resiliência em crianças, considerando tanto os aspectos quantitativos quanto qualitativos da percepção dos pais. Essa abordagem integral encerra esta seção de análise, ressaltando que a formação de crianças resilientes depende não apenas de suas experiências individuais, mas também da qualidade das interações e do suporte emocional recebido em seus ambientes familiares.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise da relação entre frustração, resiliência e educação ofereceu uma perspectiva abrangente sobre a complexidade desses conceitos no contexto familiar e escolar. Esta pesquisa buscou compreender como as frustrações são geridas tanto no ambiente familiar quanto no escolar, enfatizando a importância de ensinar às crianças formas de superar esses sentimentos, promovendo maior consciência e resiliência.

Os resultados obtidos, por meio de uma abordagem metodológica mista, que combinou análise quantitativa de cinco gráficos e análise qualitativa de respostas abertas, forneceram subsídios valiosos para reflexões sobre a educação emocional e a resiliência infantil. A análise quantitativa permitiu uma apreciação detalhada das estratégias eficazes para o enfrentamento da frustração, enquanto a análise qualitativa revelou padrões e temas recorrentes, como a importância da comunicação eficaz, do autoconhecimento emocional e de um ambiente familiar amoroso.

1746

Os achados indicaram a relevância de validar os sentimentos e emoções das crianças, evitar recompensas artificiais e promover hábitos saudáveis, além de enfatizar a necessidade de os pais e cuidadores desenvolverem habilidades emocionais e sociais. A consciência dos próprios sentimentos e estilos parentais emerge como um fator crucial para apoiar o desenvolvimento saudável das crianças.

Destaca-se, portanto, a urgência de repensar a educação parental, levando em consideração as necessidades emocionais e sociais das crianças. Criar um ambiente familiar que valorize a escuta e o respeito é essencial. Os cuidadores devem ser incentivados a modelar comportamentos saudáveis, aprimorar a comunicação e fomentar a autonomia das crianças.

Essa abordagem holística não apenas promove a resiliência e a autoestima, mas também capacita as crianças a lidarem com frustrações de maneira saudável. Contudo, é imperativo

reconhecer que a compreensão das experiências precoces de frustração e seu impacto no desenvolvimento emocional e social das crianças está apenas em seus estágios iniciais.

Assim, espera-se que esta pesquisa contribua substancialmente para o avanço do conhecimento sobre educação emocional e resiliência infantil, inspirando futuras investigações e reflexões que informem práticas educacionais eficazes e promovam o desenvolvimento integral e saudável das crianças. A continuidade desse diálogo é essencial para que possamos construir um futuro onde as crianças sejam apoiadas em seu crescimento emocional e social, preparando-as para os desafios da vida.

REFERÊNCIAS

- BANDURA, Albert. Social Learning Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall, 1977.
- BOTTON, Alain de. The Consolations of Philosophy. London: Penguin, 2000.
- BOWLBY, John. A formação do vínculo. 1. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- BOWLBY, John. Uma base segura: aplicações da teoria do apego à prática em saúde mental. 1. ed. São Paulo: Artmed, 2014.
- CASTELLS, Manuel. A Era da Informação: Economia, Sociedade e Cultura. São Paulo: Paz e Terra, 1996.
-
- DEL PRETTE, Antonio; DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira. Psicologia das habilidades sociais na infância: teórico e prático. 1. ed. São Paulo: Editora Universidade de São Paulo, 2005.
- ERIKSON, Erik H. Infância e sociedade. 2. ed. Traduzido por R. M. R. de A. Ribeiro. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária, 1993.
- FAIAD, C.; PASQUALI, L.; PRIMI, R. Construction and evidence of validity of the Objective Test of Reaction to Frustration. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, v. 32, e32ne224, 2016. DOI: [10.1590/0102-3772e32ne224](https://doi.org/10.1590/0102-3772e32ne224).
- FAIAD, C. et al. Frustração: Um Estudo Psicológico. *Revista de Psicologia*, v. 17, n. 2, p. 1-12, 2016.
- FESTINGER, Leon. A Theory of Cognitive Dissonance. Stanford: Stanford University Press, 1957.
- FREUD, Anna. O desenvolvimento emocional da criança. 1. ed. São Paulo: Editora Martins Fontes, 1994.
- FREUD, Sigmund. O Mal-Estar na Civilização. São Paulo: Companhia das Letras, 1930.
- FREUD, Sigmund. O Futuro de uma Ilusão. Tradução Renato Zwick. Porto Alegre: L&PM

Editores, 2006.

HARRIS, T. A. *A Frustração Humana*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 1980.

HARRIS, R. N. *Challenging the Path of Least Resistance*. Clinical Social Work Journal, v. 8, n. 4, 1980.

KODATO, Maria Helena M. *Psicologia da frustração*. São Paulo: Editora Casa do Psicólogo, 2004.

KLEIN, Melanie. *A psicanálise de crianças*. 1. ed. São Paulo: Editora Martins Fontes, 1993.

NEUROPSIQUIATRIA INFANTIL. Organização: Giuseppe Postura, Flávia Nardes dos Santos. 1. ed. Rio de Janeiro: Rubia, 2022.

OLDHINKEL, A. J. et al. The TRacking Adolescents' Individual Lives Survey (TRAILS): design, current status, and selected findings. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, v. 51, n. 10, p. 1026-1035, out. 2012. DOI: 10.1016/j.jaac.2012.08.004.

PIAGET, Jean. *A psicologia da criança*. 1. ed. Traduzido por M. M. S. de Almeida. Rio de Janeiro: Editora Paz e Terra, 1994.

PIAGET, Jean. *A psicologia da inteligência*. São Paulo: Editora Nacional, 1976.

PSICOPATOLOGIA E DESENVOLVIMENTO INFANTIL. Organização: Leticia Calmon Drummond Amorim, Tatiana Malheiros Assumpção. 1. ed. Rio de Janeiro: Rubia, 2016.

1748

ROGERS, Carl. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1961.

SAÚDE MENTAL DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE. Organização: Roberto Santoro. 2. ed. Santana de Parnaíba, SP: Manoel, 2019. (Pediatría SOPERJ).

SPOCK, Benjamin. *O livro do bebê: tudo que você precisa saber sobre o seu filho*. 1. ed. São Paulo: Editora Melhoramentos, 2003.

TRAIL. *Estudo sobre Resiliência e Frustração na Infância: Fatores de Risco e Intervenções*. 2018.