

Enc



Los niños sienten muchas cosas, al igual que los adultos. Pero todavía están aprendiendo las habilidades que necesitan para manejar esos sentimientos. A continuación encontrará algunas formas simples para que usted y su hijo mantengan el control cuando las emociones son fuertes. Estas ideas son buenas para todos, ¡sin importar la edad que tenga!

Hablen de sus sentimientos

Pregúntele a su hijo cómo se siente y dele palabras para describirlo. Que diga en voz alta lo que le preocupa puede hacer que parezca un poco menos aterrador.

