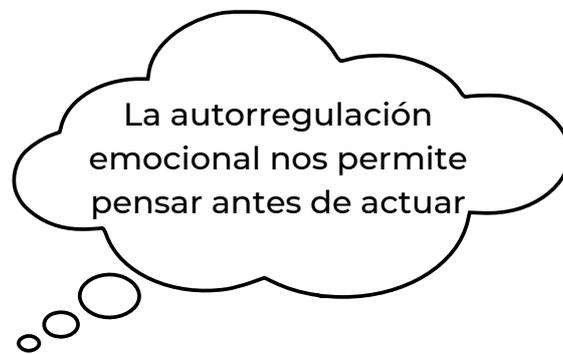




AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS

¿Qué es?

La autorregulación emocional es la habilidad para controlar los propios impulsos y detener alguna conducta si es necesario.



¿Por qué es importante?

Promover la autorregulación emocional en niños, es una forma de prevenir futuras dificultades y problemas en el comportamiento, como la impulsividad y la agresividad.



Para tener en cuenta...

- Es importante detectar la baja autorregulación emocional a temprana edad para prevenir consecuencias negativas a futuro.
- Los padres, madres y adultos responsables cumplen un rol fundamental para fomentar el desarrollo de esta habilidad emocional.