

Cómo Ayudar a los Niños a Expresar Su Enojo



1 Utilice la Rueda de los Sentimientos (*) para ayudar a su hijo a aprender sobre las diferentes emociones y las situaciones que las causan.

2 Ayúdele a reconocer lo que pasa con su cuerpo al enojarse.

3 Dígale que siempre use palabras y no las manos para expresar sus sentimientos acerca de las personas y de las situaciones.



4 Cree una situación imaginaria con muñecos o animales de peluche en que hay una pelea entre niños. Háblele a su hijo de la situación y de sus sentimientos.

(*)SOURCE: PBS KIDS