

¡Hagan un frasco de buenas ideas!

Incluso haciendo cosas divertidas, niñas y niños pueden tener emociones grandes y sentirse...



Frustrados cuando pierden un juego



Tristes cuando no pueden jugar con sus amigos



Molestos cuando es la hora de ir a la cama



Preocupados por cometer un error

Cuando tu hijo sienta emociones grandes, respiren profundamente y elijan una actividad de su frasco de buenas ideas

Cantar nuestra canción favorita

Estirarnos 5 veces

Hacer un baile divertido

Contar una historia divertida

Colorear juntos

Tomar 3 respiraciones profundas

Elegir el próximo juego

Decir algo amable sobre alguien

Leer su historia favorita