



Actividad:

Plan de regulación emocional del Departamento de Instrucción Pública

En el sitio web del Departamento de Instrucción Pública, hay [tres planes de regulación emocional](#) para diferentes grupos etarios infantiles. Se completarán estos planes con los jóvenes teniendo en cuenta sus estrategias de regulación emocional. Son herramientas útiles para compartir con sus padres o cuidadores a fin de que las usen con los niños presentes en su familia. Todos los adultos pueden beneficiarse de completar dichos planes y de compartirlos con las personas de quienes desean recibir apoyo en momentos de desregulación. ¡Sugiera que los padres o los cuidadores pongan en práctica los planes de regulación emocional completando sus propios planes!