


## Educación emocional en niños y prevención de comportamientos de riesgo


Enseñar a los niños y jóvenes a entender sus sentimientos es una garantía de futuro.

### La influencia de las emociones



**Todas las emociones, tanto positivas como negativas,** son inevitables y sin excepción **igual de importantes en la vida.** Es fundamental disponer de la oportunidad de aprender a asumir y expresar estas emociones, para madurar de la manera más sana y evitar daños difíciles de reparar.


### ¿Cómo lograrlo?



Parte del éxito de una vida sana se encuentra en la **educación emocional desde la infancia,** para prevenir que en un futuro puedan iniciarse en el consumo de sustancias adictivas.

- La **identificación de las emociones** es un importante punto de partida. Es primordial que el niño ponga nombre a lo que siente.
- Hay que reforzar la idea de que todas las emociones son necesarias. **No existen emociones buenas o malas.**
- **No podemos evitar las emociones.**
- La educación emocional puede realizarse en el **aula o en casa.**


### Habilidades emocionales como prevención del cáncer



Sentir unas emociones u otras no influye en el desarrollo del cáncer, pero la mala gestión y la incapacidad de adaptación social del joven pueden llevarlo al consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias.

Por tanto, la madurez emocional y prevención de conductas autodestructivas es **una manera más de prevenir algunos tipos de cáncer.**

### La educación emocional en la aecc



El **Bosque Encantado** es un programa de educación emocional **dirigido a niños de 7 a 9 años.** Se pretende:

- Dotar a los niños de la capacidad para **identificar las emociones** y facilitar que comprendan las relaciones entre las emociones y las situaciones en las que éstas se producen.
- Entrenar a los niños en el uso de aquellas habilidades necesarias para **expresar los sentimientos.**
- Dotar de pautas de comportamiento para **aceptar los estados emocionales.**
- Ayudarles a **integrarse socialmente de manera sana,** evitando el riesgo de consumo de sustancias perjudiciales.

[Ver toda la información](#)

[Más información sobre cáncer](#)

Programa "Solidaridad en la Empresa" financiado por:



HAZTESOCIO 902 886 226  
[www.aecc.es](http://www.aecc.es)

Asociación Española Contra el Cáncer

Amador de los Ríos, 5 28010 Madrid - Tel. 91 319 41 38 - Fax 91 319 09 66 - [www.aecc.es](http://www.aecc.es)



[Privacidad](#)

La **aecc** cumple todos los requisitos que la Fundación Lealtad exige para otorgar el "Certificado de Transparencia y Buenas Prácticas" de las ONG.

