



**Tengo un volcán** de Míriam Tirado, ilustrado por Joan Turu, es un cuento infantil pensado para ayudar a niños de 2 a 6 años a identificar y gestionar la rabia de forma saludable. La historia gira en torno a Alba, una niña que descubre que dentro de ella tiene un volcán que a veces se enciende y explota, representando la emoción de la ira. A través de la intervención de un hada, Alba aprende un sencillo ejercicio de respiración consciente para calmar su volcán interior y manejar mejor sus enfados.

Este libro es una herramienta práctica para padres, madres y educadores que buscan fomentar la educación emocional y el bienestar infantil. Además de explicar cómo reconocer la rabia y sus señales en el cuerpo, ofrece recursos para que los niños aprendan a canalizar esa emoción sin miedo ni culpa. También enfatiza que los adultos también tienen su propio “volcán”, lo que ayuda a validar las emociones de toda la familia y facilita la empatía y el acompañamiento en la gestión emocional.

Con ilustraciones sensibles y un lenguaje accesible, *Tengo un volcán* se ha convertido en un recurso muy valorado para trabajar la regulación

emocional de forma lúdica y efectiva en el hogar y en entornos educativos.