5.1 Identificamos conductas adecuadas e inadecuadas

Como ya hemos comentado anteriormente, las **dificultades en la comunicación, las habilidades sociales y las funciones ejecutivas provocan en algunas personas situaciones de ansiedad**, pueden ocasionar **dificultades para regular la propia conducta** y **provocar comportamientos disruptivos.**

Por ello **es fundamental desarrollar habilidades para regular las emociones y el autocontrol**, factores esenciales para la relación con los demás, la adquisición de nuevos aprendizajes y el bienestar personal.

En muchos casos, el **uso de pictogramas puede ayudar** a la persona a **identificar la causa de su conducta, buscar alternativas y predecir cómo actuar** en situaciones futuras, lo que repercutirá positivamente en su autoestima y en su nivel de autonomía personal.

Copyright 2026



ARASAAC

En el apartado de Materiales de la página web de ARASAAC encontrarás materiales relacionados con este tema:

http://aulaabierta.arasaac.org/materiales-caa-regulacion-de-la-conducta

---

Revision #4
Created 2026-01-29 10:04:36 CET by Juan Francisco Zamora
Updated 2026-02-20 11:04:34 CET by Equipo Arasaac