

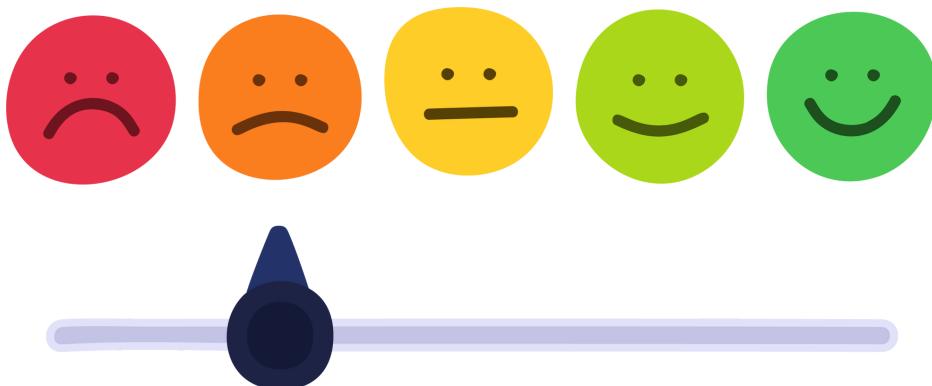
# Termómetro de emociones

**Objetivo:** ayudar a los niños que ya pueden identificar sus emociones a reconocer también la intensidad con la que las sienten. Esto les permitirá elegir la herramienta de autorregulación más adecuada para ese momento.

## **Cómo usarlo:**

1. Invita al niño a identificar qué emoción siente.
2. Usando el termómetro, que señale qué tan fuerte es esa emoción:
  - Apenas lo siento
  - Lo siento poquito
  - Lo siento claro/creciendo
  - ¡Está muy fuerte!
  - ¡Lo siento al máximo!
3. Según el nivel, seleccionen juntos la herramienta que más le pueda ayudar.

*Tip:* Este material se complementa perfectamente con nuestro kit gratuito de emociones, que indica qué estrategias se pueden usar para cada emoción y nivel de intensidad.



@kidsunderstanding

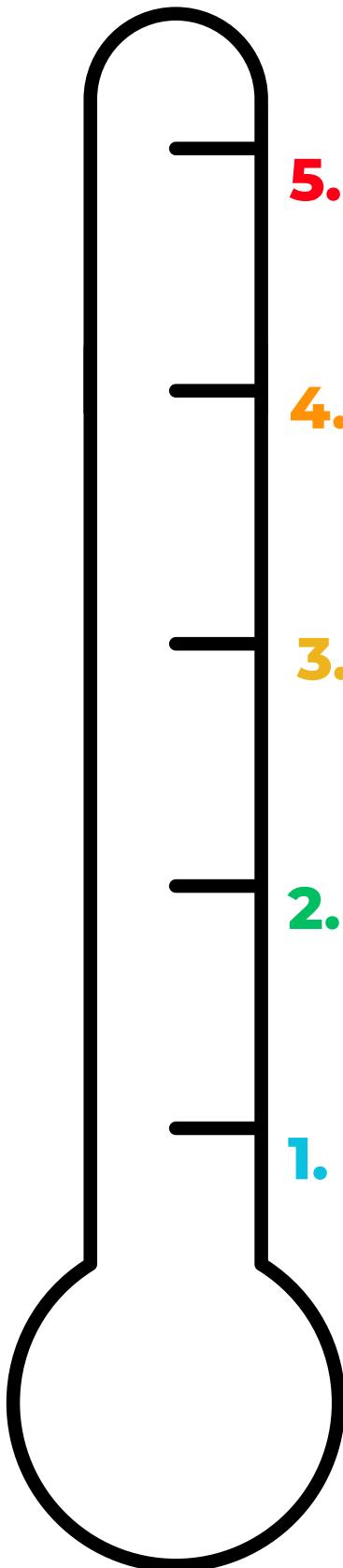


Understanding Kids



kidsunderstanding.com





**5. ¡Lo siento al máximo!**

**4. ¡Está muy fuerte!**

**3. Lo siento claro/creciendo**

**2. Lo siento poquito**

**1. Apenas lo siento**



@kidsunderstanding



Understanding Kids



kidsunderstanding.com

