

Kit de la Caja de Emociones:

1. Fichas de Emoción

Estas fichas son herramientas tangibles que ayudan al niño a externalizar y contener sus sentimientos. Al nombrarlas y meterlas en la caja, el niño realiza una acción que interrumpe el ciclo de la rabieta.

Ficha de Emoción	Color	Foco BNE Central	Declaración de Acción (Lo que el Padre Valida)
Ira/Rabia	Rojo ●	Frustración/Control Bloqueado	"Esta ficha guarda el sentimiento que quería gritar y patalear."
Tristeza/Pena	Azul ●	Pérdida/Decepción	"Esta ficha guarda el sentimiento que quería llorar y esconderse."
Miedo/Preocupación	Púrpura ●	Inseguridad/Incertidumbre	"Esta ficha guarda el sentimiento que hizo que tu barriga se sintiera apretada."
Disgusto/Aversión	Verde ●	Rechazo/Evitación	"Esta ficha guarda el sentimiento que te hizo rechazar o empujar algo."
Sorpresa	Naranja ●	Reacción Inesperada	"Esta ficha guarda el sentimiento que te hizo decir '¡Oh!' y no saber qué hacer."
Alegría/Felicidad	Amarillo ●	Conexión/Seguridad	"Esta ficha guarda el sentimiento feliz que queremos compartir."

Instrucciones Clave para Padres

- **Identificar y Entregar:** Durante el desborde, ayuda al niño a nombrar el sentimiento (ej. "¡Es el Rojo!"). Entreguen juntos la ficha a la caja.
- **Contención:** El acto de cerrar la tapa es el límite físico. "El sentimiento se queda aquí hasta que el Capitán Sabio pueda hablar de él."
- **Reflexión Post-Calma:** Una vez calmado, pueden abrir la caja para conversar sobre la causa del sentimiento (visión BNE).

Pasaporte de Calma

El Pasaporte de Calma es la herramienta de refuerzo positivo que valida el esfuerzo de autorregulación del niño. Premia el proceso de usar la herramienta, no el resultado de no enojarse.

Diseño y Contenido

- **Formato:** Hoja simple o tarjeta plegable con espacios para pegatinas.
- **Objetivo:** Gana una pegatina por usar con éxito la Caja de Emociones (calmarse y meter la ficha).

Fecha	Sentimiento Contenido (Color)	Lo que Hice (Mi Acción)	¡Pegatina Ganada!
_____	_____	_____	[Pegatina]
_____	_____	_____	[Pegatina]
_____	_____	_____	[Pegatina]

Instrucciones de Refuerzo para Padres

- **Recompensa Inmediata:** Coloca la pegatina inmediatamente después de la calma y el uso de la caja.
- **Elogio del Esfuerzo:** Utiliza elogios basados en la acción: "¡Tomaste la decisión de usar el Naranja en lugar de gritar! ¡Eso es un gran esfuerzo!"
- **Meta Final:** Al completar el pasaporte (ej. 10 pegatinas), el niño recibe una recompensa no material (ej. elegir el paseo del fin de semana, una película especial).

Este kit transforma un momento de conflicto en una misión de regulación exitosa y tangible.