



Desde el mes de marzo, nos ha cambiado en la forma de ir al colegio, de salir, de hacer deporte, de jugar y de ver a nuestros familiares y amigos. Todo aquello ha sido producto de un virus llamado COVID -19. Esta situación seguramente te ha generado una serie de emociones que vamos a identificar.

He sentido:

Tristeza

Enfado

No he sentido nada diferente

Angustia

Aburrimiento

Soledad

Mal humor

Agobio

Miedo

Agrado por estar en casa

Tranquilidad

Incomprensión

MARCA COMO TE HAS
SENTIDO



ESCRIBE:		
Dos cosas que he aprendido.	1.	2.
Dos cosas que he hecho por primera vez.	1.	2.
Dos cosas con las que he ayudado a otros.	1.	2.
Dos pensamientos que he tenido.	1.	2.
Dos cosas que ya no hago igual.	1.	2.
Dos cosas que quiero hacer cuando todo esto acabe.	1.	2.



Piensa en alguna situación que te haya hecho sentir así y descríbela:

ALEGRE

PREOCUPADO

EMOCIONADO

TRISTE

AGOBiado- CANSADO

