

LAS EMOCIONES

INFOSAL



Alegria

INFOSAL



Enfado

INFOSAL



Miedo

INFOSAL



Vergüenza

INFOSAL



Tristeza

INFOSAL

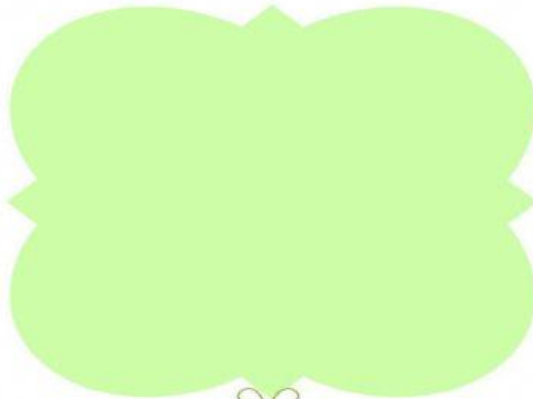


Sorpresa

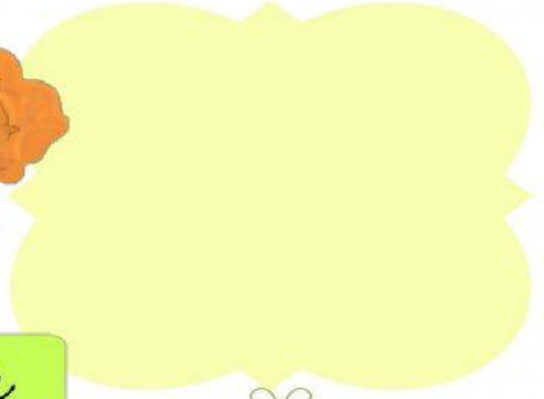
Cuando estoy Alegre

¿Qué pienso?

¿Qué NOTO EN MI CUERPO?



Alegria



¿Qué me ayuda a sentirme mejor?

☐☐☐☐☐☐

Cuando me enfado....

¿QUÉ PIENSO?

Red dotted box for writing thoughts.

¿QUÉ NOTO EN MI CUERPO?

Green dotted box for writing physical sensations.



¿QUÉ ME AYUDA A SENTIRME MEJOR?



Cuando estoy triste...

¿Qué pienso?

¿Qué noto en mi cuerpo?



¿QUÉ ME
AYUDA A
SENTIRME
MEJOR?

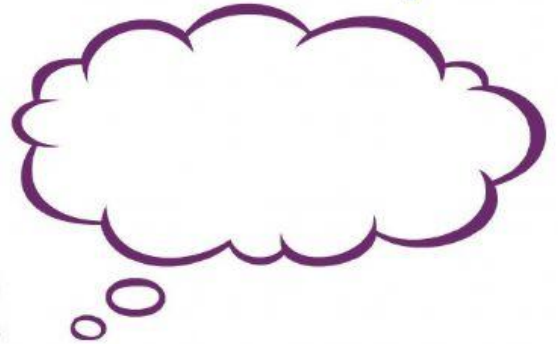
☐☐☐☐☐☐

Cuando tengo miedo..

¿Qué pienso?



¿Qué noto en mi cuerpo?



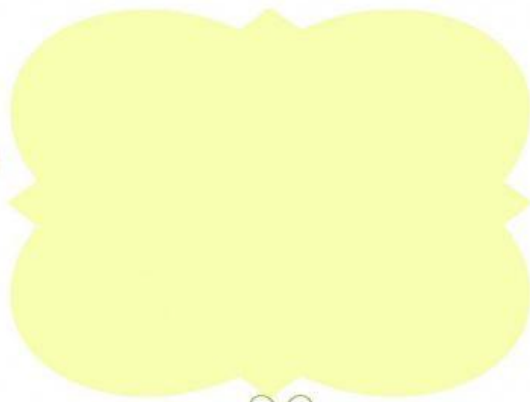
¿Qué me ayuda a sentirme mejor?

☐	☐
☐	☐
☐	☐

CUANDO SIENTO VERGÜENZA..

¿Qué pienso?

¿Qué NOTO EN MI CUERPO?



¿Qué me ayuda a sentirme mejor?



Quando me sorprendo

¿Qué pienso?

¿Qué noto en mi cuerpo?



¿QUÉ ME
AYUDA A
SENTIRME
MEJOR?

☐☐☐☐☐☐