

Diario  
Emocional  
Básico



¿Cómo se llama esto que siento?

[Redacted]

¿Por qué siento esta emoción?

[Redacted]

¿Qué puedo hacer con esa emoción?

[Redacted]

## CONCLUSIONES

[Redacted]

SITUACIÓN

[Redacted area for SITUACIÓN]

PENSAMIENTO

[Redacted area for PENSAMIENTO]

EMOCIÓN

[Redacted area for EMOCIÓN]

ACCIÓN

[Redacted area for ACCIÓN]

CONCLUSIONES

[Redacted area for CONCLUSIONES]