

¿CONOZCO MIS

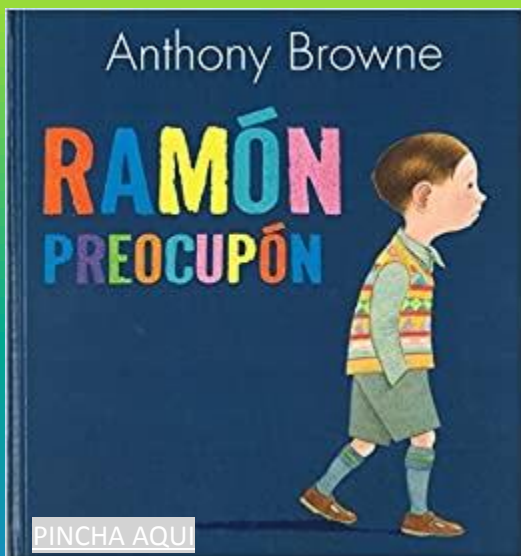
# EMOCIONES?



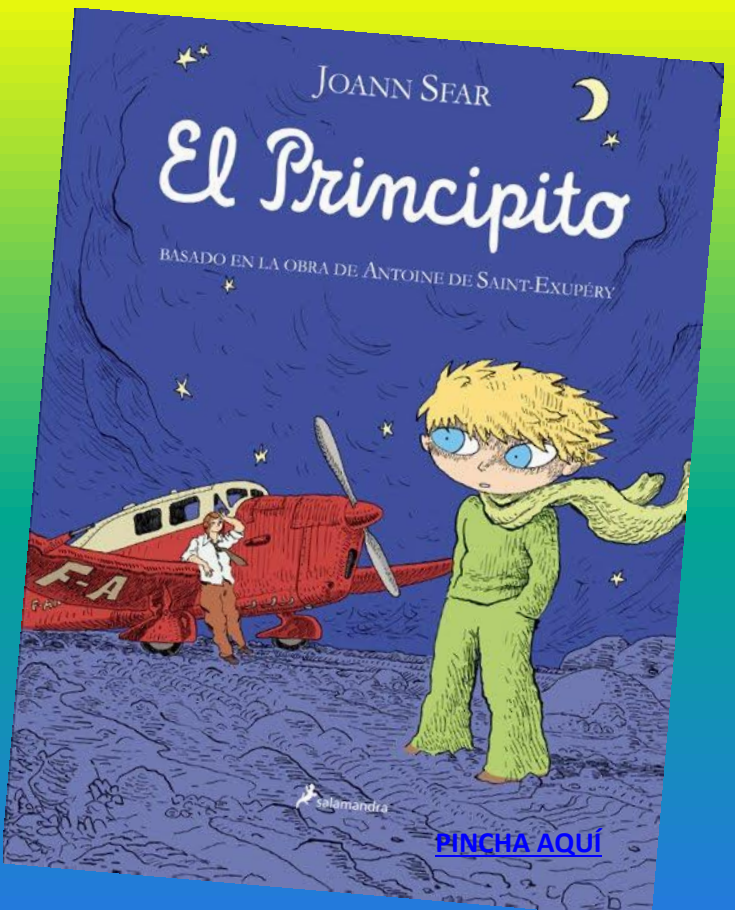
[PINCHA AQUÍ](#)



[PINCHA AQUÍ](#)



[PINCHA AQUÍ](#)

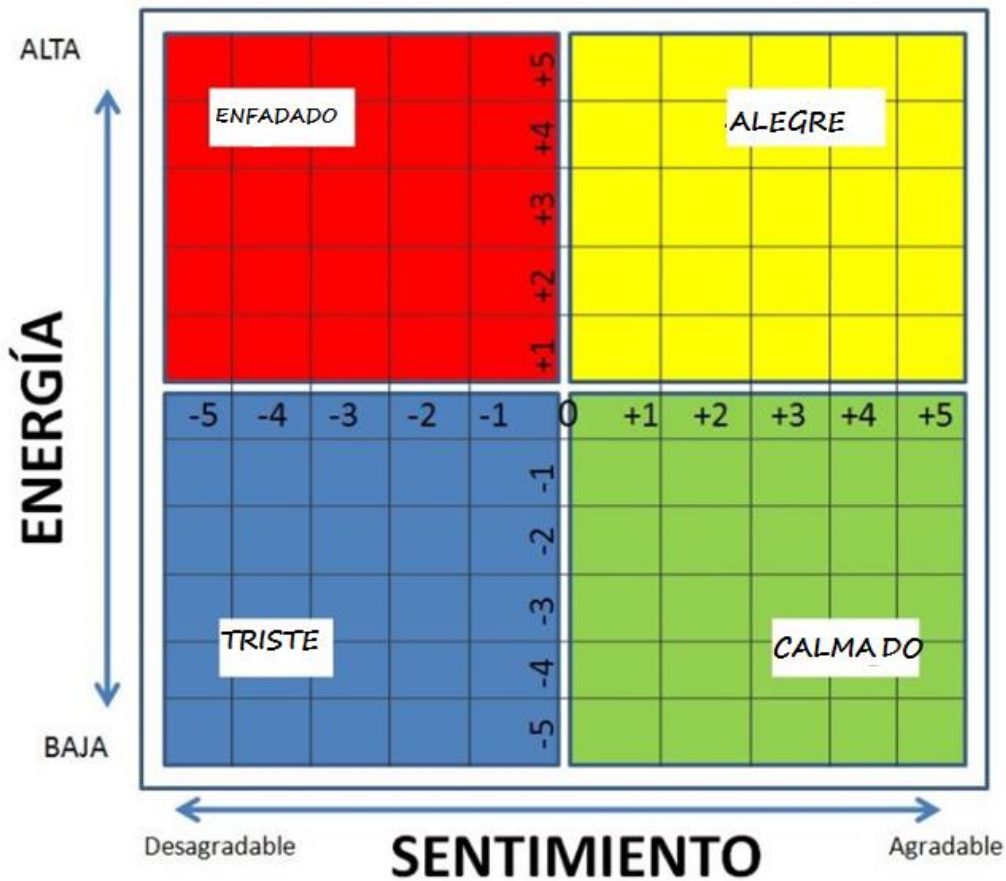


[PINCHA AQUÍ](#)

\*Todos estos libros puedes encontrarlos en la Biblioteca

BIBLIOTECA MUNICIPAL

## Medidor emocional PROGRAMA RULER



ALEGRE



TRISTE



CALMADO



ENFADADO

1. ¿Cómo me siento en este momento?
2. ¿Por qué me siento de esta manera?
3. ¿Qué palabra puedo emplear para describir mi emoción?
4. ¿De qué forma expreso mi emoción?
5. ¿Qué voy a hacer para aprovechar mi emoción?

**SI ESTOY EN..., esto me sirve para:**

AMARILLO Lluvia de ideas

AZUL Identificar errores

ROJO Debatir

VERDE Reflexionar

BIBLIOTECA MUNICIPAL

