

Cómo siento

La Tristeza
Me pongo especialmente triste cuando...
Cuando me entristezco normalmente yo...
Al manifestar mi tristeza me siento....
La forma en que manifiesto mi tristeza hace que los demás...
Cuando los demás muestran tristeza me siento...

La Rabia
Experimento rabia especialmente cuando...
Cuando me enfado normalmente yo...
Al manifestar mi enfado me siento....
La forma en que manifiesto mi enfado hace que los demás...
Cuando los demás muestran enfado me siento...

El miedo
Experimento miedo o ansiedad especialmente cuando...
Cuando siento miedo o ansiedad normalmente yo...
Al manifestar miedo o ansiedad me siento....
La forma en que manifiesto miedo o ansiedad hace que los demás...
Cuando los demás experimentan miedo o ansiedad me siento...

La alegría
Experimento alegría especialmente cuando...
Cuando siento alegría normalmente yo...
Al manifestar alegría me siento....
La forma en que manifiesto alegría hace que los demás...
Cuando los demás muestran alegría me siento...