

PLANTILLA BIOGRAFÍA EMOCIONAL

Nombre: _____

En esta actividad seleccionaremos 4 o 5 momentos especiales de nuestra vida (nacimiento de un hermano, unas navidades, un viaje, fallecimiento de un ser querido, cuando recibí un susto tremendo, el asco que me dio ...) Elegiremos momentos que relacionamos con: tristeza, alegría, asco, ira, miedo y sorpresa). Si recordamos la intensidad de la emoción, la marcaremos también.

The form consists of a central vertical orange arrow pointing downwards, labeled 'Año' at the top. Six thought bubbles are arranged around the arrow, each containing 'Situación:' and 'Emoción:' labels. Below each bubble is a four-digit scale from 1 to 4 for marking intensity.

