

Diario de emociones

| | | | |
|---|--------------------|---|---------------------|
| EMOCIÓN BÁSICA | | EMOCIÓN ESPECÍFICA | |
| Causa que la provoca (si se puede identificar) | | INTENSIDAD <input type="checkbox"/> ALTA <input type="checkbox"/> MEDIA <input type="checkbox"/> BAJA | DURACIÓN |
| JUICIO / PENSAMIENTO | SENSACIÓN CORPORAL | ACCIÓN / COMPORTAMIENTO | |
| Aprendizaje para la siguiente vez que se presente | | | |

| | | | |
|---|--------------------|---|---------------------|
| EMOCIÓN BÁSICA | | EMOCIÓN ESPECÍFICA | |
| Causa que la provoca (si se puede identificar) | | INTENSIDAD <input type="checkbox"/> ALTA <input type="checkbox"/> MEDIA <input type="checkbox"/> BAJA | DURACIÓN |
| JUICIO / PENSAMIENTO | SENSACIÓN CORPORAL | ACCIÓN / COMPORTAMIENTO | |
| Aprendizaje para la siguiente vez que se presente | | | |