

¿CÓMO ME SIENTO HOY?

MI TALLER

ÁRBOL  
DE LAS  
EMOCIONES



ALEGRÍA



MIEDO



TRISTEZA



SORPRESA



CONFIANZA



ENOJO



## ¡Qué miedo!

1. Con ayuda de un adulto, **escriban** qué cosas les generan mucho miedo.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



¡Cuando tengo miedo me abrazo muy fuerte a alguien que quiero para que se me pase!



2. **Conversen** con sus compañeros sobre lo que escribieron.

# Me pone triste...

1. Con ayuda de un adulto, **escriban** una situación en la que recuerden haber sentido tristeza.



Si estoy triste, me hace bien estar con gente a la que quiero.



2. **Conversen** con sus compañeros sobre lo que escribieron.

