

MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Sentirte decepcionado con alguien cuando te ha fallado.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Enfadarte por cosas que no tienen importancia.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Posponer una obligación para otro momento.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Sentirte culpable por algo que no has hecho conscientemente.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Tener celos de los logros de un amigo o compañero.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Expresar el cariño a personas que quieres.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Estar enfadado/a por no conseguir algo.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Exteriorizar tus emociones o sentimientos.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Sorprenderte por algo que no esperabas.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

Pedir perdón cuando has cometido un error.



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES



MARCA SI PUEDES CONTROLAR O NO LAS SIGUIENTES EMOCIONES O PENSAMIENTOS ASOCIADOS A DICHAS SITUACIONES

