

Registro semanal de hábitos y ánimo

Semana del:

CLAVE DE COLORES — COLOREA CADA DÍA CON SU ÁNIMO PRINCIPAL

Positivos

Feliz

 Emocionado

 Agradecido

 **Brillante**

Travieso

 Querido

 Sorprendido

 Tranquilo

Neutros

Cansado

 Aburrido

Confundido

Intensos

Triste

 Preocupado

 Asustador

 Frustrado

Enoiado

Bajos

☐ Melancólico

 Solo

[illegible]

Esta semana, ¿qué mejoró mi ánimo? ¿Qué lo bajó?