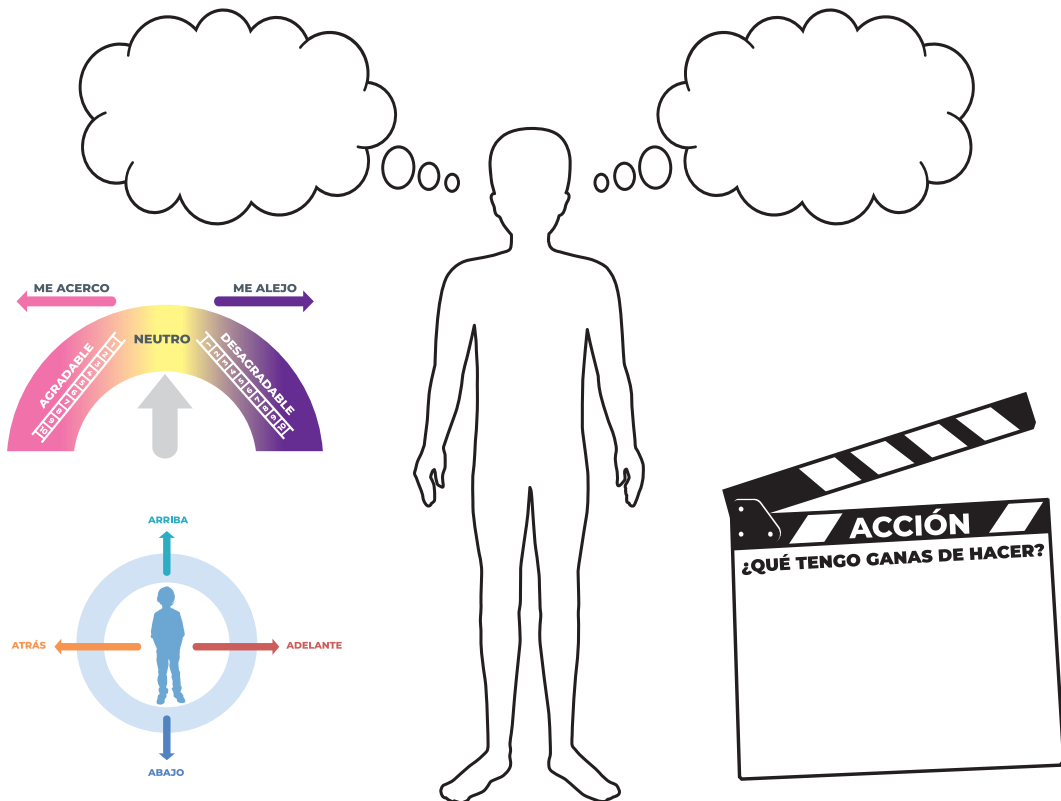


# LA ESPERANZA Y LOS CICLOS DE LA VIDA

ESCRIBO O DIBUJO UNA SITUACIÓN EN LA QUE IMAGINO QUE ALGO QUE DESEO SALE MUY BIEN TAL COMO LO ESPERABA.

¿QUÉ EMOCIONES APARECEN CUANDO TENGO ESPERANZA? ¿QUÉ PENSAMIENTOS Y/O IMÁGENES LA ACOMPAÑAN? COLOREO Y ESCRIBO EN LA FIGURA HUMANA LAS SENSACIONES QUE TENGO EN ESTE MOMENTO (TENIENDO EN CUENTA LOS COLORES QUE USAMOS PARA CADA EMOCIÓN), ¿QUÉ TIENE GANAS DE HACER MI CUERPO Y QUÉ PENSAMIENTOS O IMÁGENES APARECEN?



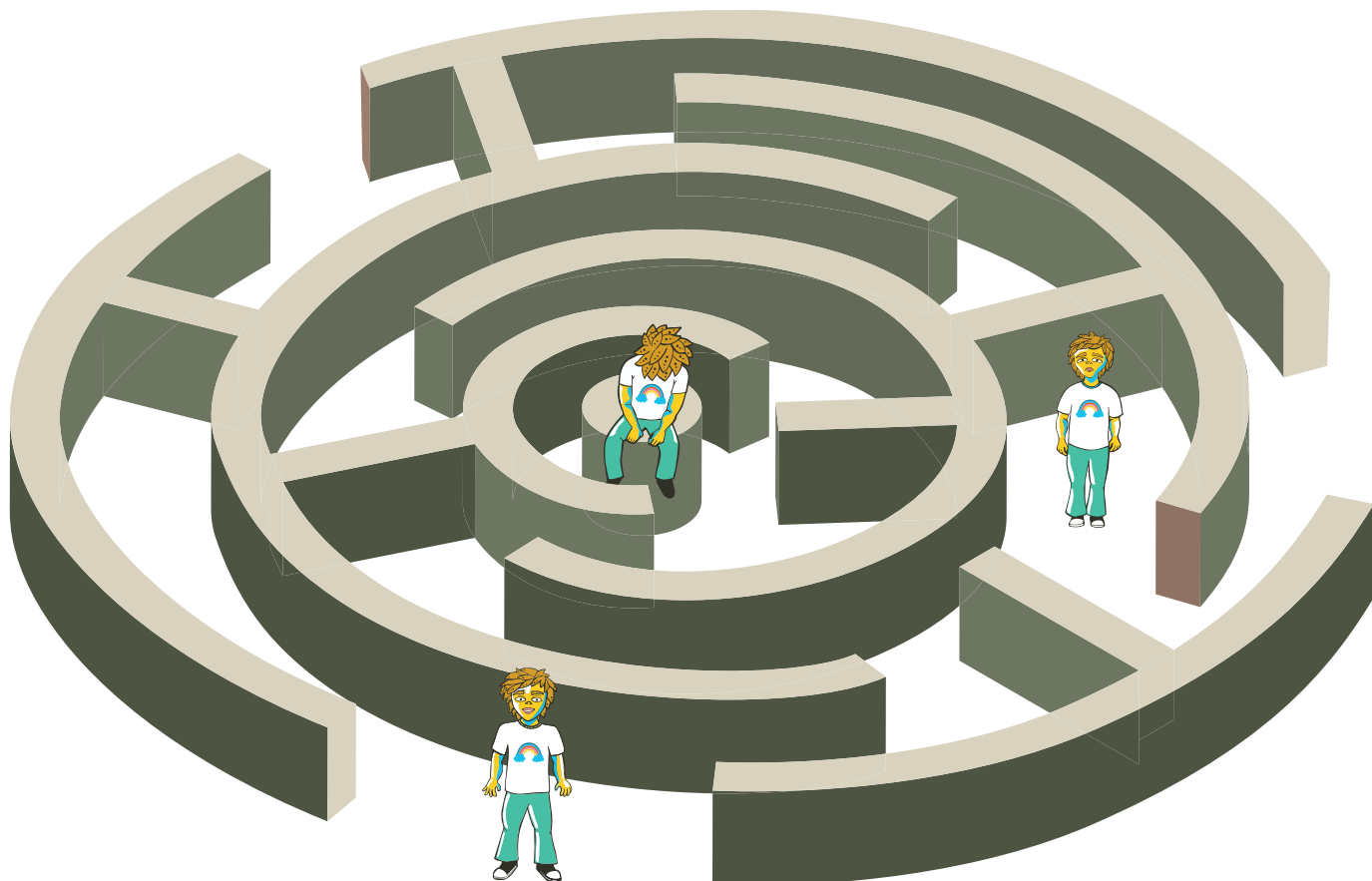
¿PARA QUÉ ME SIRVE LA ESPERANZA?

---

---

# SIEMPRE HAY UNA SALIDA

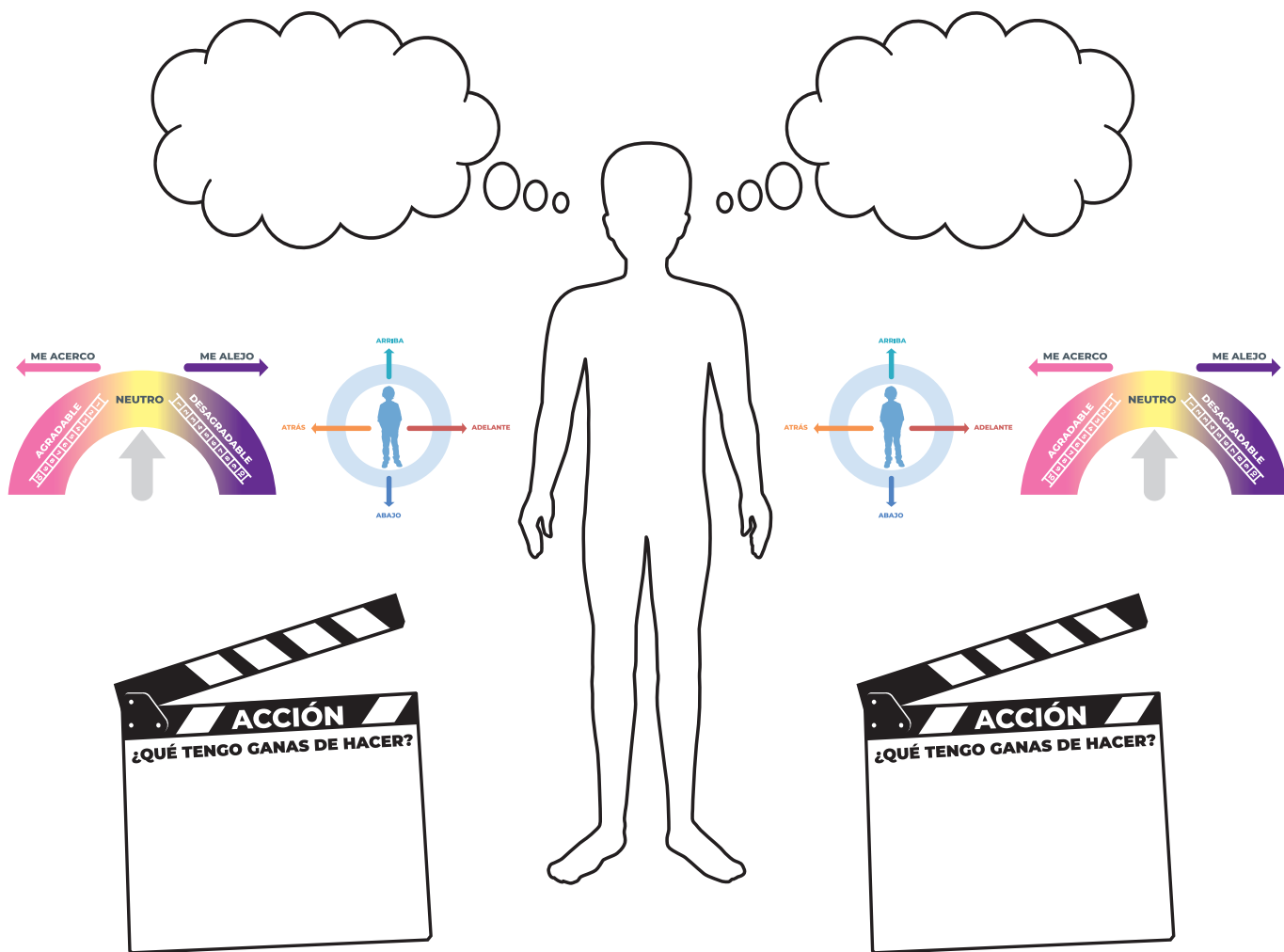
COLOREO LA REMERA DE LA PERSONA CON LOS COLORES DE LAS EMOCIONES REGISTRADAS EN CADA MOMENTO: QUÉ EMOCIONES REGISTRÉ EN EL CENTRO DEL LABERINTO CUANDO ESTABA FRENTE AL MOMENTO MÁS CONFLICTIVO Y CUÁLES APARECIERON A MEDIDA QUE EMPECÉ A ENCONTRAR UNA POSIBLE SALIDA.



<p>1º: ESCRIBO UNA SITUACIÓN EN LA QUE ME SENTÍ DENTRO DE UN LABERINTO SIN ESPERANZA:</p>	<p>2º: ESCRIBO QUÉ SUCEDIÓ CUANDO EMPECÉ A ENCONTRAR UNA POSIBLE SALIDA. ¿QUÉ EMOCIONES Y PENSAMIENTOS APARECIERON?</p>
<p>¿QUÉ EMOCIONES Y PENSAMIENTOS APARECIERON?</p>	<p>¿CÓMO ME AYUDÓ LA ESPERANZA EN ESE MOMENTO?</p>

COLOREO (SEGÚN LOS COLORES DE LAS EMOCIONES REGISTRADAS) LAS ZONAS DEL CUERPO ACTIVADAS Y ESCRIBO LAS SENSACIONES QUE FUERON APARECIENDO CUANDO ME SENTÍ **SIN ESPERANZA**: ¿QUÉ TUVO GANAS DE HACER MI CUERPO EN ESE MOMENTO Y QUÉ PENSAMIENTOS O IMÁGENES APARECIERON?

COLOREO (SEGÚN LOS COLORES DE LAS EMOCIONES REGISTRADAS) LAS ZONAS DEL CUERPO ACTIVADAS Y ESCRIBO LAS SENSACIONES QUE FUERON APARECIENDO EN MI CUERPO CUANDO ME SENTÍ **CON ESPERANZA**: ¿QUÉ TUVO GANAS DE HACER MI CUERPO EN ESE MOMENTO Y QUÉ PENSAMIENTOS O IMÁGENES APARECIERON?



¿QUÉ DIFERENCIAS OBSERVO CUANDO APARECE LA SENSACIÓN DE ESPERANZA?

---

---

---