

### Actividad: El Diario Emocional

---

Esta actividad es una tarea semanal, empezarás a partir de mañana 10 de FEBRERO. Debes elegir a una persona de tu entorno, personal o profesional, a la cual veas “prácticamente” todos los días de la semana.

En esta hoja de registro debes anotar cómo se ha sentido tu observado y por qué crees que se siente así. Las anotaciones se realizarán una vez al día. Haciendo un conjunto de los estados emocionales observados.

	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Mi compañero						