

SEMANA 3



Registra tu conquista en tu misión marcando o dibujando tu nivel de esfuerzo. Si pusiste que nada, es muy importante que pienses ¿qué harás para mejorar?

Hago un esfuerzo extra aunque me cueste trabajo.

	1	2	3	4	5	6	7
 Muy bien							
 Más o menos							
 Nada							



Con la rueda de emociones, registra una o varias emociones en cada día de la semana. Tomando en cuenta que lunes es el día 1.

