

Programa REMS

Tiempo de confinamiento

Tiempo para recordar

Actividad emocional

1. Escribe el nombre de 6 personas a las que quieres y reflexiona como te han demostrado su amor:

Lista de personas:

1- _____
2- _____
3- _____
4- _____
5- _____
6- _____



1. _____ me **regaló su tiempo** cuando _____

2. _____ fue muy **amable** conmigo cuando _____

3. _____ me **cuidó** cuando _____

4. _____ me **respetó** cuando _____

5. _____ me **dio su apoyo** cuando _____

6. _____ **compartió** conmigo _____

2-Ahora reflexiona en que situaciones has demostrado afecto a tus personas queridas:



1. Le **escuché** cuando _____

2. Fui **generoso** con él cuando _____

3. La **cuidé** cuando _____

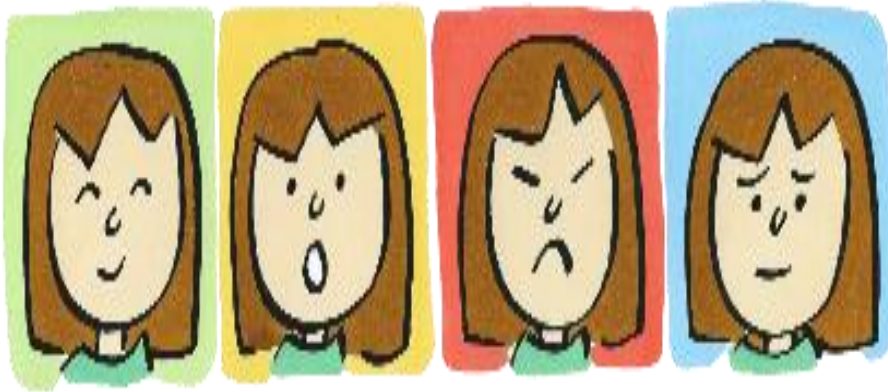
4. Le **respeté** cuando _____

5. Le **apoyé** cuando _____

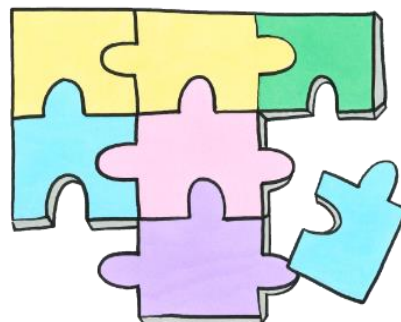
6. **Compartí** con ella _____

3- Responde estas preguntas conjuntamente con alguna de tus personas queridas:

✚ ¿Cómo **te hace sentir** su compañía? _____



✚ ¿Qué **aficiones e intereses** compartís? _____



✚ Si fuera un **libro**, sería _____ porque _____



✚ Si fuera un **baile**, sería _____ porque _____



✚ Si fuera un **alimento**, sería _____ porque _____



✚ Si fuera un **animal**, sería _____ porque _____

