



Leamos Juntos 20  
Minutos Cada Día

# Tabla Semanal de Sentimientos

Utilicen esta tabla semanal de sentimientos para hablar con su niño sobre sus sentimientos y emociones. Haga que su niño trace una palomita, un corazón o una estrella en cada casilla correspondiente a su sentimiento. Luego, tómese un tiempo para reflexionar con su niño sobre por qué se siente de una manera particular.

		LUN	MAR	MIE	JUE	VIE	SAB	DOM
Tranquilo 								
Triste 								
Feliz 								
Enojado 								
Sorprendido 								
Avergonzado 								
Asustado 								
Emocionado 								
Frustrado 								
Confiado 								



22 Relacionarse con Otros  
25 Tomar Responsabilidad  
26 Desarrollar el Bienestar Emocional