



Identifica tu emoción de lo que actualmente estás viviendo.
(lo puedes aplicar para cualquier situación)



- No me hace feliz **y** Lo necesito = ACÉPTALO
- Lo necesito **y** Me hace feliz = AGRADÉCELO
- Me hace feliz **y** No lo necesito = DISFRÚTALO
- No lo necesito **y** No me hace feliz = DÉJALO IR