

Viaje a los recuerdos

Anexo 1: Mensajes

1º: Escribir una anécdota relacionada con algún integrante de la familia.

2º: Escribir un recuerdo familiar que te haya marcado.

3º: Escribir un momento gracioso.

4º: Escribir una anécdota vergonzosa.

5º: Escribir una situación que te genere molestia.

6º: Escribir un recuerdo/suceso personal que te gustaría compartir.

7º: Escribir algo con lo que sientas que no te entienden.

Anexo 2: Lista emociones y sentimientos

Admiración	Celos	Frustración	Pena
Alegría	Comprensión	Incomprensión	Placer
Alivio	Confianza	Inseguridad	Preocupación
Ansiedad	Consuelo	Miedo	Pudor
Arrepentimiento	Culpa	Molestia	Rabia
Asco	Decepción	Nostalgia	Seguridad
Asombro	Desconfianza	Odio	Tristeza
Calma	Enojo	Ofendido/a	Valentía
Cariño	Felicidad	Orgullo	Vergüenza