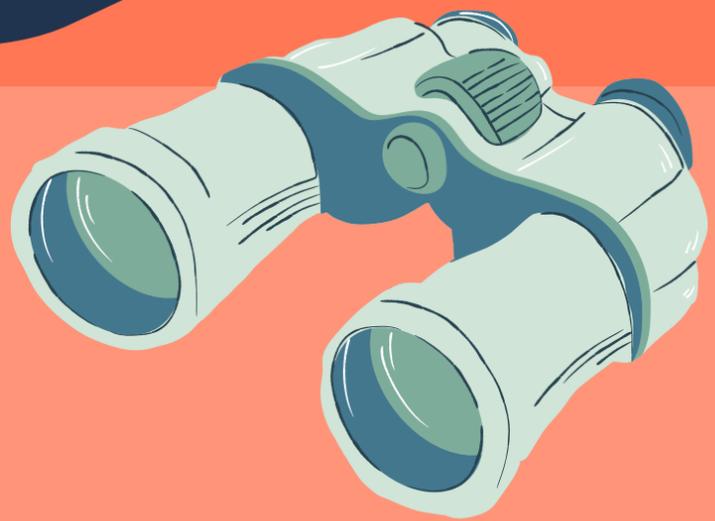


# TIPS PARA IDENTIFICAR LAS EMOCIONES ADOLESCENTES

Por: Guadalupe Carrillo Morales  
Orientación Escolar

## 1. RECONOCE TU ENTORNO



## 2. RECONOCE TUS SENTIMIENTOS



## 3. PRESTA ATENCIÓN A LAS REACCIONES DE TU CUERPO

## 4. SE HONESTO CON LO QUE SIENTES



## 5. ELIJE UNA BUENA FORMA DE COMUNICARTE

## 6. ACEPTA QUE HAY ALGUNAS SITUACIONES QUE SE SALEN DE CONTROL

