

Lista de Objetivos emocionales

Marca las casillas

Si tienes este objetivo

- No tener ansiedad
- No depender emocionalmente
- No estar bloqueado
- No tener duda
- No estar triste o deprimido
- No sentirme inseguro
- Estar tranquilo
- No pensar en mi ex
- No tener miedo al compromiso
- Concentrarme
- No estar apático
- Sentirme feliz

¿Qué otros objetivos emocionales tienes?

Escribe en el recuadro