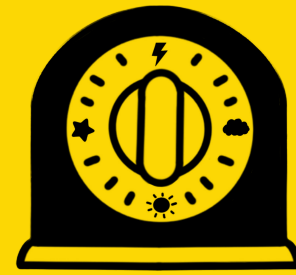




# Dale Un Giro



- 1) Imagina una ruleta con muchos sentimientos diferentes.
- 2) Fíjate en qué sentimiento está tu ruleta ahora.
- 3) Gira la ruleta a un punto diferente y piensa en cómo te sientes.
- 4) Sigue girando hasta que encuentres un punto en el que te sientas mejor.

