

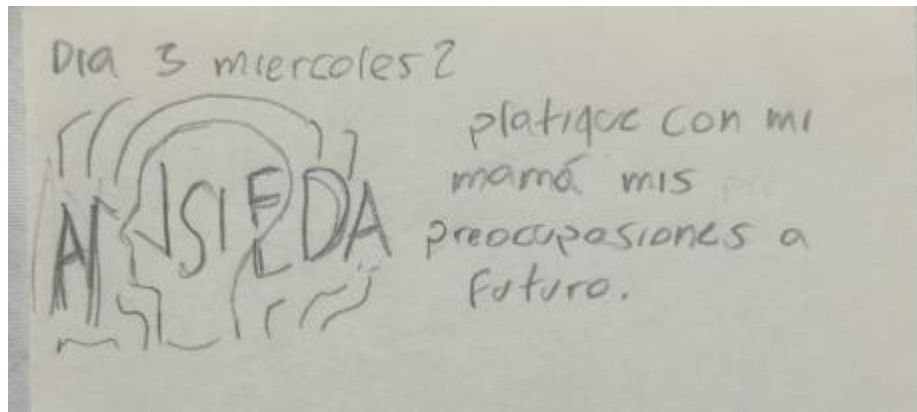
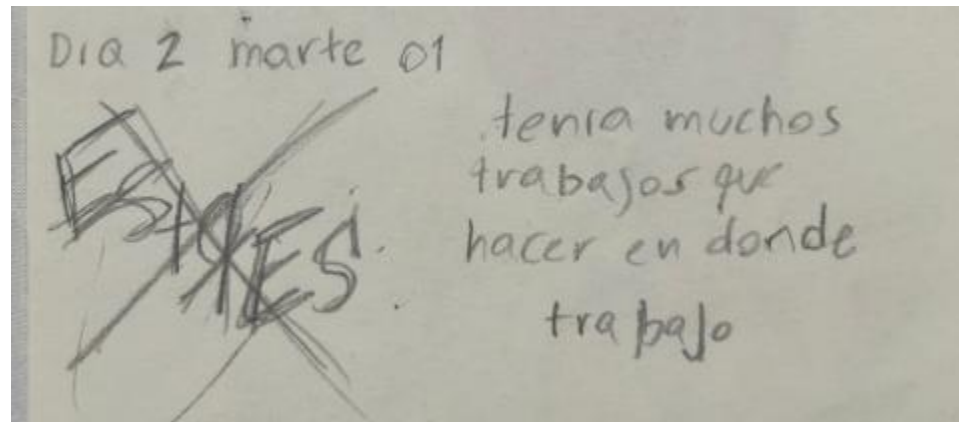
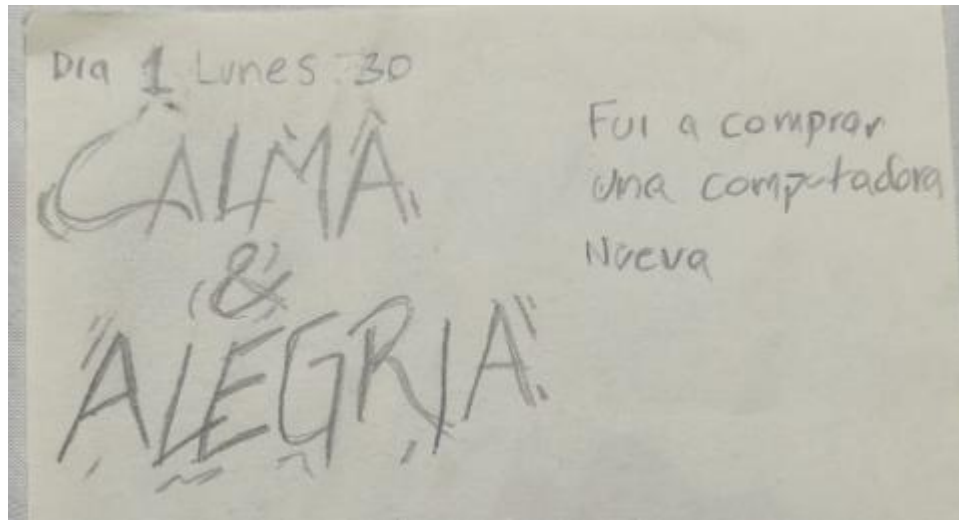
DESARROLLO HUMANO

Tarea de plataforma 1

UDS

Carlos Andrés Ruiz morales

Diario emocional semanal.



Día 4 Jueves 3



Orgullo

fui a visitar a
unos ex-compañeros
de trabajo y
hable de mi nuevo
trabajo

Día 5 viernes 4

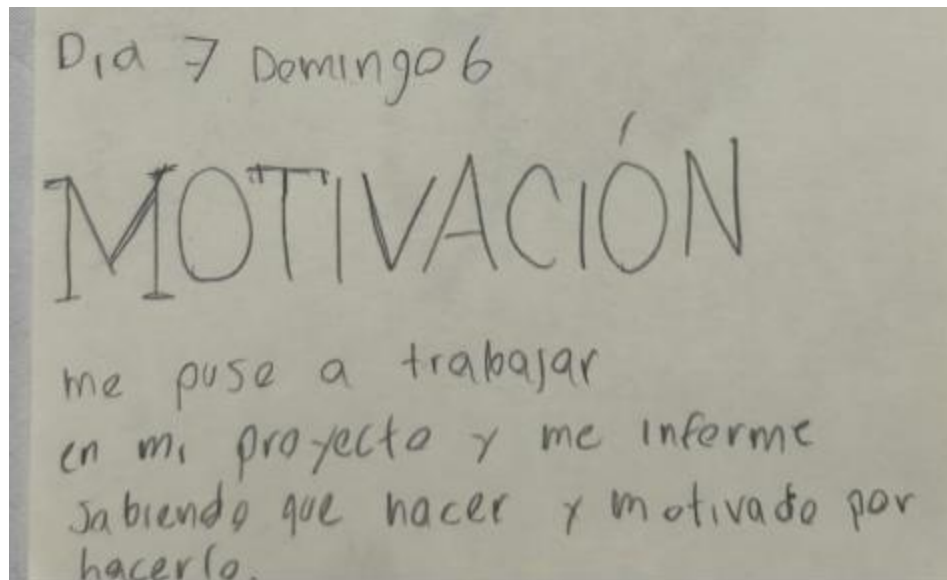
INCÓMODO
NO OÍ A

todavía me cuesta
hablar con mis
nuevos compañeros
de trabajo y es
me causa nervios e
Incomodidad

Día 6 Sábado 5

PREOCUPACIÓN

El pensar que
hacer en el proyecto
final del semestre con
la profe marú.



Reflexión

En el día, día uno es consciente de sus propias emociones, ni en las cosas en las que uno piensa, sin embargo al decidir un registro de ellas uno se da cuenta que muchas situaciones y momentos son los que nos provoca esta emociones, y si no fuera porque las anote posiblemente no me acordaría de los momentos en donde sentí una emoción positiva, por lo general soy pesimista y solo veo lo malo, pero pienso mejora eso y vivir mas consiente de lo que siento y en lo que puedo mejorar.