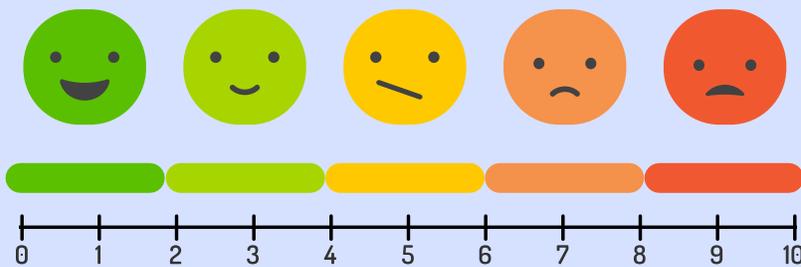


UTILIZANDO EL ANSIOMETRO

Escribe en las casillas de abajo tres situaciones que te produzcan ansiedad. A continuación, marca cuál sería tu grado de ansiedad en cada situación utilizando el ansiometro.

1.

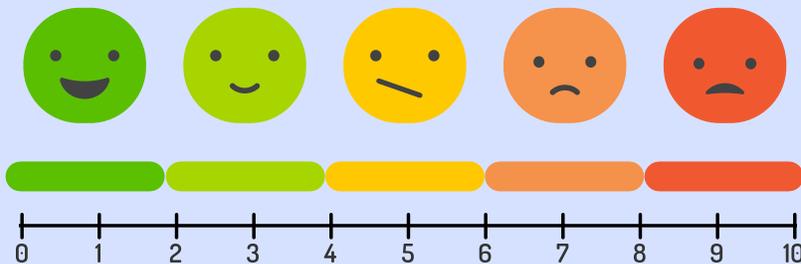


Un poco ansioso

Ansioso

Muy Ansioso

2.

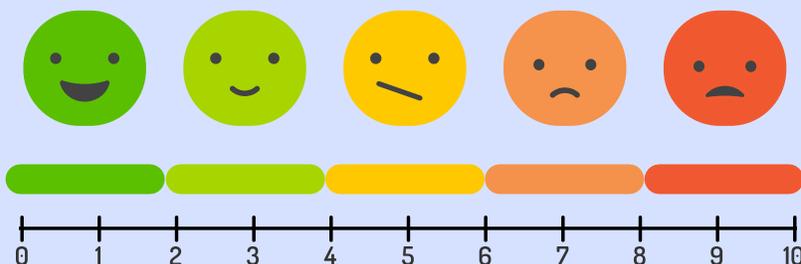


Un poco ansioso

Ansioso

Muy Ansioso

3.



Un poco ansioso

Ansioso

Muy Ansioso