

SEMÁFORO DE CONDUCTA



STOP

ACTÚO SIN PENSAR.

**ME PARO Y
RECAPACITO.**



3 RESPIRACIONES

**ACTÚO GUIADO POR
EMOCIONES NEGATIVAS.**

**REALIZO 3
RESPIRACIONES Y
VUELVO A LA CALMA.**



¡MUY BIEN!

**ACTÚO INTELIGENTEMENTE
Y CON AMOR.**

**ESTOY EN PAZ Y
DISFRUTO CON MIS
COMPAÑEROS.**

