

# DIÁRIO EMOCIONAL

## DIA 1

Como você se sente em relação ao principal bloqueio da sua vida?

## DIA 2

O que você faz que prejudica seus relacionamentos? Por que? Quando começou?

## DIA 3

Quais são as suas forças? Você as valoriza? Como se sente em relação a elas?

## DIA 4

O que e a quem você agradece? Como é expressar gratidão para você?

## DIA 5

O que você mais ama em si mesmo? O que é amor para você?

## DIA 6

Quem você ama? Quais emoções você quer cultivar em seus relacionamentos?