

# emocions bàsiques

**ALEGRIA**

present tot el dia

**SORPRESA**

frontissa que em permetrà  
canviar d'emoció

**CULPA  
CONSTRUCTIVA**

entendre l'error com una  
oportunitat

**TRISTESA**

parar i tornar a començar

**SEGURETAT**

aprendre, créixer i  
aprofitar noves  
oportunitats

**POR**

tenir cura de la vida i  
prudència per traspasar  
els límits

**CURIOSITAT**

ens salvarà

**RÀBIA**

cal aprendre a  
controlar-la

**ADMIRACIÓ**

fa possible tenir  
referents

**FÀSTIC**

triar o rebutjar allò que  
és nociu