

## Triángulo de Pensamiento-Sentimiento-Comportamiento

Cada una de estas tres cosas interactúan y se influyen mutuamente.

Un individuo comienza con un pensamiento que crea sentimientos.

Los pensamientos y sentimientos pueden afectar un comportamiento.

Reflexiona sobre las situaciones en que estas tres cosas se aplicarían a las decisiones que has tomado en tu vida y escribe las ideas en este triángulo.

