


Las Zonas de Regulación®



ZONA AZUL

- Triste
- Enfermo
- Cansado
- Aburrido



ZONA VERDE

- Feliz
- Tranquilo
- Enfocado
- Relajado



ZONA AMARILLA

- Frustrado
- Preocupado
- Inquieto
- Emocionado



ZONA ROJA

- Enojado
- Aterrorizado
- Devastado
- Fuera de Control