

Posponer el Drama

¿Qué crees que pasaría si pospones tu malestar?
¿Qué tan controlable sería tu preocupación?

¿Qué tan segura estás de tu habilidad de posponer el drama?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

No lo puedo posponer en lo absoluto

Estoy súper segura de que puedo posponerlo

DIA						
¿Qué pasó? ¿Pospusiste el drama?						
¿Qué pasó en tu tiempo de reflexión?						
¿Qué tan controlable se veía el drama?						