pensio

Check-in de estado de ánimo

3 min

Un chequeo rápido de cómo estás por dentro: ponle nombre, entiéndelo y actúa.

SECCIÓN 1

¿Cómo me siento ahora mismo? (1–10)

SECCIÓN 2

¿Qué palabra describe mejor mi estado de ánimo?

SECCIÓN 3

¿Qué está causando este sentimiento?

SECCIÓN 4

¿Qué me ayudaría ahora mismo?

Generado con Pensio
pensio.app