



# EN TUS SUEÑOS

## Terapia Onírica

### Diario Onírico de *Inside Dreams*

---

**TÍTULO (FECHA)**

**TU SUEÑO**

**NOTAS (ELIGE LAS QUE PUEDAN SER RELEVANTES PARA ANALIZAR TU SUEÑO)**

1. Sucesos importantes del día precedente al sueño.
2. Preocupaciones en tu vida actual.
3. Emociones intensas en tu vida real cuando soñaste
4. Emociones y sensaciones intensas en el sueño. ¿Puedes indicar la parte del cuerpo con la que se relacionan?
5. Temas, símbolos o personajes oníricos que te llamen la atención.
6. Personas o personajes conocidos que aparecen en el sueño.
7. ¿Cómo Termina el Sueño?
  - a. ¿Interrumpido?
  - b. ¿Conclusión Positiva?
  - c. ¿Conclusión Negativa
8. Paralelismo entre la historia del sueño y una obra literaria, historia mitológica, película, videojuego, canción.
9. Enlaces a páginas web.
10. Dibujos y Mapas