

PRACTICA DE TUTORIA

NOMBRES : _____

- I. Observa con atención el video y responde a las preguntas plateada

- II. ¿Qué son las emociones? Elija la mejor alternativa

1. Respuestas psicológicas de un estímulo.
2. Respuestas fisiológicas a un estímulo.
3. Respuestas psicológicas y fisiológicas de un estímulo.

- III. Las emociones nos acompañan durante toda

1. nuestra niñez.
2. nuestra adolescencia.
3. nuestra adultez.

IV. ¿Por qué se dice que las emociones no son malas ni buenas? / Explique la respuesta

V. ¿Qué es la regulación emocional? / ¿De otra forma se le llama?

VI. ¿Qué es el autoconocimiento?

VII. ¿Qué es un diccionario emocional? ¿Para que sirve?

VIII. ¿Une las palabra y sus definiciones según el video?

1. El disgusto

A: Relacionada con el placer y la alegría viene como respuesta a la resolución de alguna meta personal o mitigación de alguna situación negativa tristeza implica una disminución del estado de ánimo, así como una reducción significativa de la actitud cognitiva del pensamiento y de la conducta

2. La felicidad

B: Surge cuando un individuo se encuentra en una situación que produce una frustración está bien acompañada de un sentimiento de televisual que nos impulsa a actuar aumenta la actividad cardiaca

3. La Ira

C: Implica una sensación de repulsión o evitación de unan posibilidad sorpresa reacción provocada por algo inesperado nuevo o extraño.

IX. ¿Cómo se denomina a esta figura en el video?

