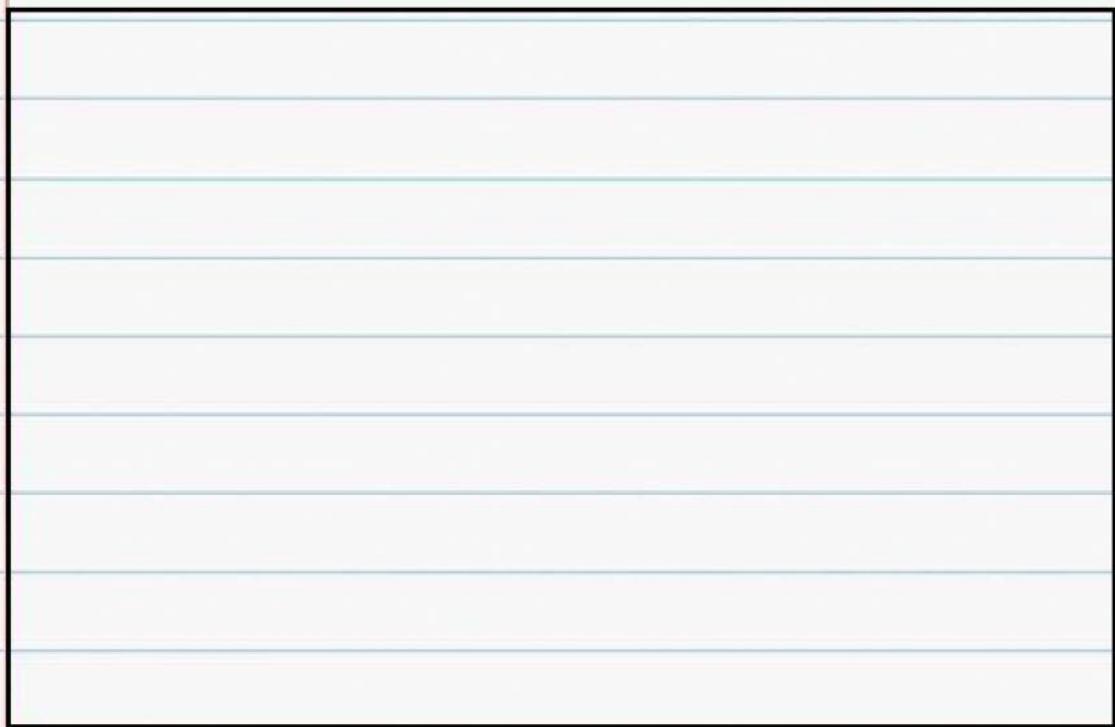


PRACTICA DE TUTORIA

NOMBRES : _____

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



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

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

- III. Las emociones nos acompañan durante toda

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

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 qué sirve?

VIII. ¿Une las palabras 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 televisión que nos impulsa a actuar aumenta la actividad cardiaca

3. La ira

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

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

