



1. La teoría de las inteligencias múltiples se diferencia de otras teorías en que:

2. ¿Cuál de las siguientes opciones asociarías a la inteligencia emocional?

3. El esquema «A, B, C, D» nos ayuda a comprender qué aspectos influyen en el desarrollo de conductas relacionadas socialmente habilidosas. Su interpretación es la siguiente: (MARCA la correcta)

- a) Los pensamientos que desarrollamos generan unos acontecimientos que se traducen en conductas
- b) Los sentimientos que surgen en nosotros favorecen la aparición de determinados pensamientos y éstos nos llevan a desarrollar determinadas conductas.
- c) Los acontecimientos externos generan unos sentimientos que hacen que surjan unos pensamientos que condicionan la aparición de conductas concretas.
- d) Los acontecimientos externos hacen que surjan unos pensamientos que generan unos sentimientos concretos y éstos a su vez se traducen en unas conductas determinadas.

4. ¿Cómo podemos clasificar los pensamientos?

5. Al patrón único de rasgos cognitivos, afectivos y conductuales que se desarrollan para adaptarse a un determinado entorno y a sus normas y que persisten durante largos períodos de tiempo se lo denomina también:

- 6. ¿Cuántas son las emociones básicas según Paul Ekman?**
- 7. La autoestima hace referencia a:**
- 8. La relajación es una técnica adecuada para:**
- 9. ¿Qué autor ha enumerado y clasificado las conductas que concretan nuestras habilidades sociales?**
- 10. ¿Cómo se denomina el proceso por el que se transforman pensamientos irracionales en otros saludables?**
- 11. Según McLean, los tres cerebros:**
- 12. La distorsión cognitiva que consiste en extraer, sin base suficiente, una conclusión general de un hecho particular se denomina:**