



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:**