

Identificando las emociones

SON SENSACIONES PERSONALES QUE SE ACTIVAN EN NOSOTROS DEPENDIENDO DE LA SITUACIÓN QUE ESTEMOS ENFRENTANDO: SORPRESA, ALEGRÍA, ENOJO, TRISTEZA, ETC.

Todos afrontamos de manera **diferente** las emociones, es decir, no tenemos la misma respuesta que nuestro amigo frente una misma situación.

No existen emociones BUENAS O MALAS, todas las emociones son reacciones que tenemos a cosas que nos suceden, por lo que son muy importantes para las personas.

APRENDEMOS JUNTOS

Nombremos las emociones:
Lee cada enunciado e intenta reconocer cada emoción, escribe el nombre de cada una.

2. CADA EMOCIÓN CON SU CARITA

Ahora une usando tu lápiz cada descripción anterior con la carita que corresponda

Cuando nos ocurre algo malo sentimos _____

Si sucede algo que creemos injusto sentimos _____

Si ocurre algo bueno para nosotros sentimos _____

Cuando ocurre algo inesperado sentimos ____



Te invito a jugar! (opcional) Si puedes descargas en un celular o Tablet la aplicación "Aprende las emociones" para que sigas entrenando.



También tienes la opción de escanear este código con un celular para buscar la app (requiere internet)