

1 ¿CÓMO ME SIENTO?

Hay varios tipos de emociones.

Aquí tienes una lista con algunas de ellas.

ALEGRÍA



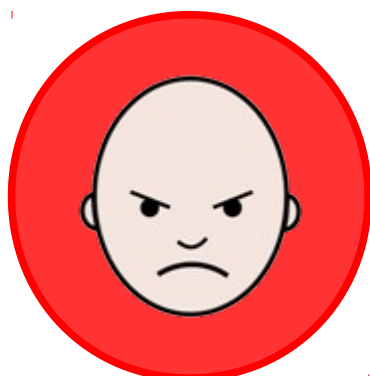
Nos sentimos alegres cuando:

- Nos dan una buena noticia.
- Conseguimos o hacemos algo que nos gusta.
- Nos dicen cosas buenas.
- Vemos cosas buenas.

Ejemplo:

Motus está alegre porque ha plantado un huerto con sus amigos.

ENFADO



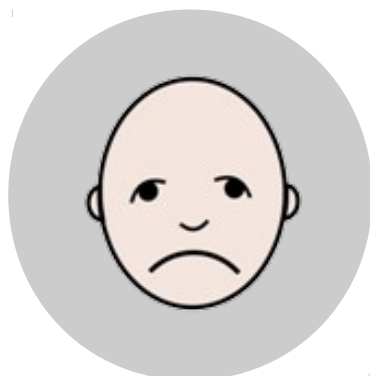
Nos sentimos enfadados cuando:

- No nos gusta algo o no conseguimos lo que queremos lograr.

Ejemplo:

Clavis está enfadado porque Kardía no cierra el grifo cuando se lava las manos.

TRISTEZA



Nos sentimos tristes cuando:

- Sufrimos un dolor o nos da pena algo.

Ejemplo:

Lumen se sintió triste cuando Rétor no quiso ayudarlo a reciclar.

2 ¿CÓMO EXPRESAR LO QUE SIENTO?



Puedes utilizar diferentes frases para expresar lo que sientes.

Por ejemplo:

Me siento triste... cuando...



Siento alegría... de...

Estoy enfadado o enfadada... porque...



UNIÓN EUROPEA
Fondos Europeo de Desarrollo Regional



Junta
de Andalucía

Consejería de Educación
y Deporte