

Adjetivos emocionales

Pon el adjetivo emocional que mejor se adapte a cada oración a continuación.

1. Yo estaba _____ cuando él saltó detrás de mí.
2. Estaba _____ cuando se enteró de que había aprobado el examen.
3. Mi padre estaba _____ cuando vio que había destrozado su coche.
4. La tormenta _____ a los caballos en el establo.
5. Su confianza se vio _____ por el accidente.
6. La multitud observaba con fascinación _____ mientras alimentaban a los cocodrilos.
7. Marc se estaba volviendo _____ por las constantes preguntas de su hermana pequeña.
8. Muchos clientes estaban _____ por los aumentos de precios actuales.
9. Marta estaba de muy buen humor y _____ ayer.
10. Ella se sintió _____ y estaba llena de confianza en sí misma después de la conferencia.
11. A pesar de todos los problemas por los que ha pasado últimamente, Alba es notablemente _____.

Adjetivos emocionales

Ficha técnica

Título actividad	Adjetivos emocionales
Categoría	Habilidades socioemocionales
Subcategoría	Emociones
Etapas	Primaria y Secundaria
Descripción	<p>Es muy importante ponerles nombre a nuestras emociones y poder clasificarlas, entendiéndolas y comprendiendo como nos afectan. Esta actividad ayuda a reconocer las emociones para poder entendernos.</p> <p>Con esta ficha, trabajamos la identificación emocional y el autoconocimiento a partir de reconocer las emociones que se nos pueden presentar. Debemos normalizar el hablar de nuestras emociones, dedicando tiempo a reconocerlas y ponerles nombre, así definiéndolas y comparándolas entre ellas. Llevando a cabo esta actividad, conoceremos mejor las emociones y como se presentan. También, nos ayudará a afrontar nuestras emociones en cada momento de nuestra vida, elaborando un fuerte conocimiento propio.</p>
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">• Aprender a reconocer las emociones• Poner nombre para poder identificar las emociones• Crear situaciones de seguridad emocional en el aula o en casa• Mejorar la comprensión e identificación de las emociones