

Tarea 6**Reconocimiento de las propias emociones**

Indicar, respecto a las fotografías mostradas en la tarea 5, qué emociones suelen prevalecer de forma habitual en el usuario y analizar las razones que subyacen a determinada prevalencia emocional. En esta fase se debe observar la correcta elección de las opciones elegidas, de modo que en caso de fallar en la identificación de determinadas emociones, es muy importante llevar a cabo un debate cuya finalidad es que el usuario pueda establecer una clara relación entre las emociones percibidas y las reales.

A continuación, indica qué emociones sueles sentir frecuentemente y cuáles no

Número de fotografía	Sí / no	Si indicaste que una emoción sí la sientes frecuentemente, indica qué suele provocar que te sientas así y cómo haces para poder manejarla

