

A continuación, el adolescente deberá identificar ese tipo de emociones en sí mismo. Para ello se propone un ejercicio similar al anterior, pero en relación a las emociones que al menos haya sentido una vez, indicando el contexto, la reacción de los demás ante ellas y las consecuencias de su conducta ante las reacciones de los demás

Tarea 9

Analiza tus propias vivencias

nº	Indica qué tipo de estado emocional de tipo negativo has tenido al menos una vez

nº	Explica algún caso real en el que hayas tenido esta emoción	¿Cómo actuaron los demás ante esa emoción?	¿Cómo actuaste tú ante la reacción de los demás?	¿Qué consecuencias tuvo tu forma de actuar?