

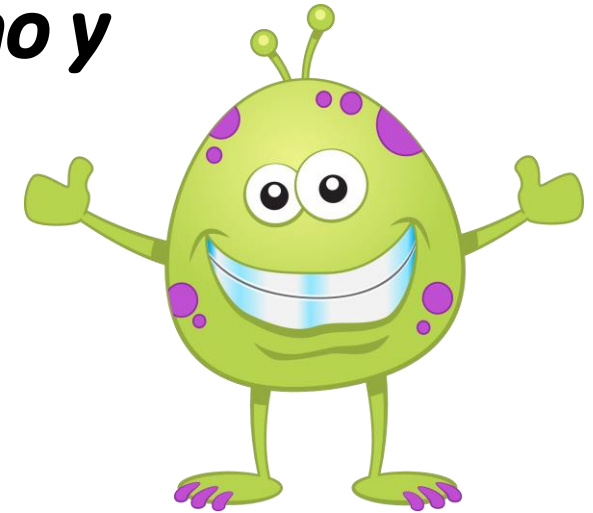


# Mi DIARIO DE LAS EMOCIONES

María Olivares para Orientación Andújar

# ALEGRÍA

***Sentimiento producido por un suceso favorable que suele manifestarse con un buen estado de ánimo y la tendencia a la risa o sonrisa.***



**¿Cuándo sientes alegría?**

**Ejemplo : Cuando mi equipo favorito gana un partido.**

**Cuando mamá me lleva al parque después del colegio.**

# TRISTEZA

***Estado anímico producido por un suceso desfavorable que suele manifestarse con un sentimiento pesimista, insatisfacción y tendencia al llanto.***



**¿Cuándo sientes tristeza?**

---

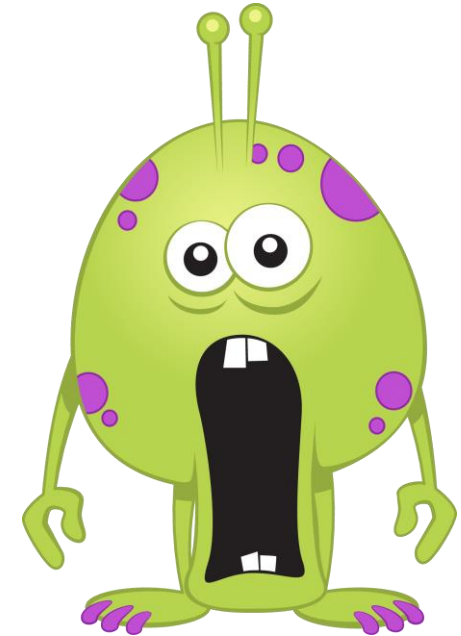
---

---

# SORPRESA

***Es un estado de alteración emocional, resultado de un evento inesperado o imprevisto.***

**¿Cuándo sientes sorpresa?**



---

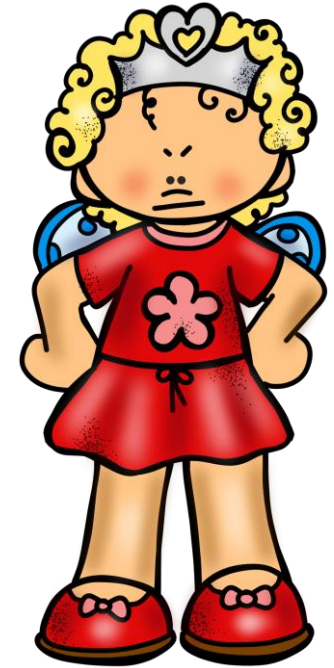
---

---

# ENFADO

***Impresión desagradable y molesta que hacen en el ánimo algunas cosas o personas.***

**¿Cuándo sientes enfado?**



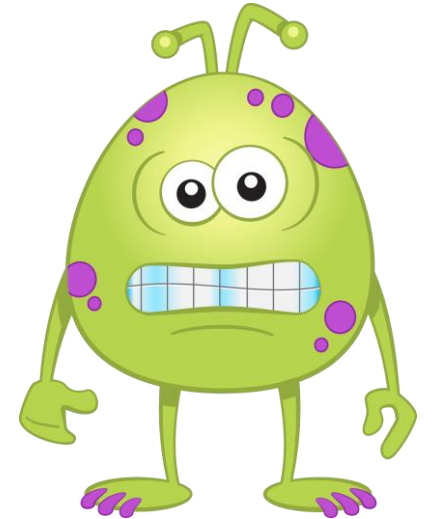
---

---

---

# MIEDO

***Sensación de angustia provocada por la presencia de un peligro real o imaginario.***



**¿Cuándo sientes miedo?**

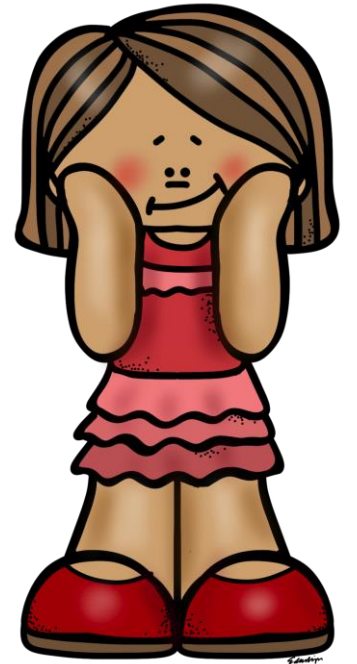
---

---

---

# VERGÜENZA

***Sentimiento de incomodidad producido por el temor a hacer el ridículo ante alguien, o a que alguien lo haga.***



**¿Cuándo sientes vergüenza?**

---

---

---

# ORGULLO

***Sentimiento de satisfacción hacia algo propio o cercano a uno que considera meritorio.***



**¿Cuándo sientes orgullo?**

---

---

---