

EMOCIONES MATEMÁTICAS

QUIERO APRENDER
LAS EMOCIONES
HUMANAS



CUANDO EMPEZAMOS MATERIA QUE ME PARECE DIFÍCIL O NO ME GUSTA
SIENTO... (DESCRIBE TU EMOCIÓN)





ENFADO

Cuando me enfado, mi cuerpo reacciona así:

Cosas que me hacen enfadar

Estrategias que puedo practicar para no sentir tanto enfado o para estar enfadado/a menos tiempo

MIEDO



Quando siento miedo, mi cuerpo reacciona así:

Cosas que me dan miedo

Estrategias que puedo practicar para sentir menos miedo



CONFUSIÓN

Quando siento confusión, mi cuerpo reacciona así:

Cosas que me hacen sentir confuso/a

Estrategias que puedo practicar para sentir menos confusión

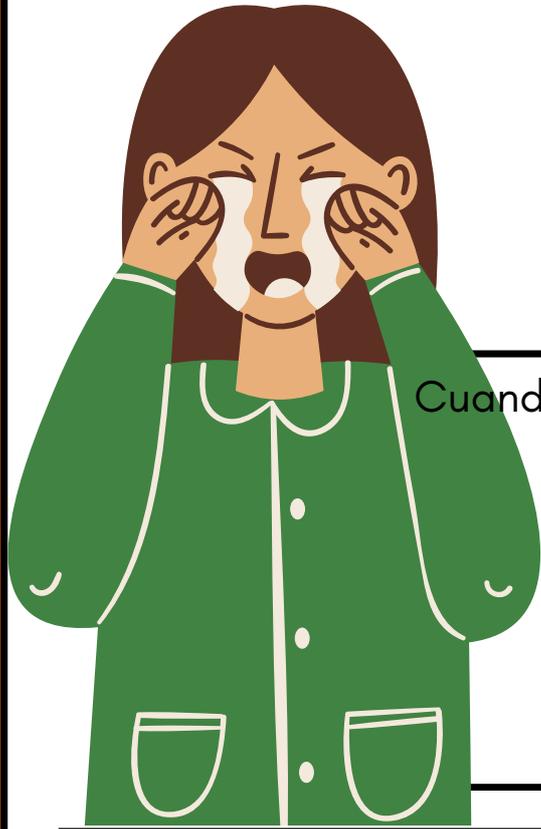


PREOCUPACIÓN

Quando siento preocupación,
mi cuerpo reacciona así:

Cosas que me preocupan

Estrategias que puedo practicar para sentir menos
preocupación



TRISTE

Cuando me siento triste, mi cuerpo reacciona así:

Cosas que me hacen sentir tristeza

Estrategias que puedo practicar para sentir menos tristeza



Quando me siento feliz, mi cuerpo reacciona así:

Cosas que me hacen feliz

Estrategias que puedo practicar para sentir más alegría