

## GUÍA DE APOYO AL APRENDIZAJE

Curso:	6ºA
Asignatura:	Orientación
Docente:	Marcela Cerda Cortés
Semana:	Semana 9
Objetivo de la clase:	Distinguir emociones y expresarlas de manera apropiada en diversos contextos.

**Estimado estudiante: En esta guía trabajarás las emociones y de qué manera expresarlas.**

Existen tres modos de comportamiento para manejar las **emociones**:

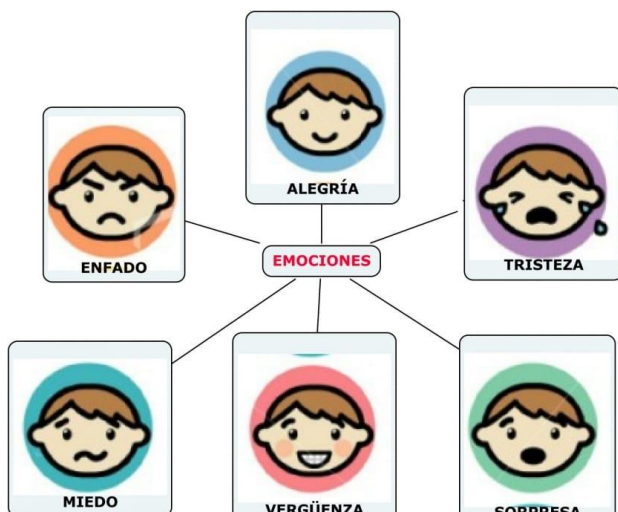
**Pasivo.** No expresa sus ideas, necesidades, deseos ni sentimientos. Evita conflictos a corto plazo, pero se le dificulta obtener lo que quiere o necesita.

**Agresivo.** Expresa sus ideas o sentimientos sin respetar a los demás. Por ello pelea, acusa y amenaza. Puede conseguir lo que desea, pero lastima.

**Asertivo.** Expresa sus ideas y sentimientos, tiene en cuenta sus derechos y necesidades y respeta los de los demás, por ello consigue lo que desea y se siente bien por ello.

Observa el siguiente video que explica sobre las emociones.

<https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw>



Fuente, google.