

 Colégio de Santa Catarina Excelência Acadêmica com Formação Cristã	Nome:		Nº
	9º Ano – Anos Finais	Socioemocional	PROF. Stephany Caroline
Data: / /2020	Ficha de Estudo – Socioemocional		
Esta ficha de estudo apresenta questões sobre os seguintes assuntos: <div style="text-align: center;"> <h2>Emoções</h2> <p>Tais assuntos foram trabalhados ao longo da etapa.</p> </div>			NOTA

Olá pessoal como estão? Espero que bem (na medida do possível)!!

Lembram que trabalhamos **as emoções** nas aulas de Socioemocional?

Gostaria de refrescar a memória de vocês um pouquinho! Então vamos lá?

Emoções – são fenômenos de afeto intenso, de curta duração, que geralmente é originado através de estímulos externos ou internos. As emoções são expressas através do nosso corpo com reações físicas, como por exemplo quando estamos alegres sorrimos, quando estamos com raiva ficamos com rosto fechado.

Nas aulas também vimos que emoção não é a mesma coisa que sentimentos, porque são as nossas emoções que geram o sentimento. O sentimento é quando se pensa sobre a emoção sentida ele é algo mais interiorizado, mais profundo.

Vimos também que as emoções são divididas em primárias e secundárias. No grupo das **primárias** temos: **Alegria, raiva, tristeza, medo e nojo**. Como emoções **secundárias** vimos várias dentre elas: **Ciúme, Inveja, vergonha, apaixonado, culpa, arrependimento, orgulho, impaciência, alívio;**

Já que demos uma refrescada na memória, vamos fazer um exercício!

Ah!! Para lembrar mais as emoções indico assistir esse vídeo:
<https://www.youtube.com/watch?v=wmLnPulXINw>

- 1) Escreva 3 situações em que você ficou **triste**.
