

GLOSARIO EMOCIONAL



e-Motional
Training

Instrucciones

- ❖ Consulta este glosario cada vez que no entiendas alguno de los significados de las emociones que aparecen en el juego *Voices*.
- ❖ Los términos están ordenados alfabéticamente para facilitar su búsqueda.
- ❖ También puedes pinchar en el icono de la esquina superior derecha en el cual podrás escuchar la definición de la emoción.

ABATIDO

Cuando alguien se siente abatido se siente muy triste. Siente que han ocurrido muchas cosas malas en su vida y que no puede hacer nada. Cuando alguien se siente abatido se siente como cuando alguien pierde a alguien muy querido, y al mismo tiempo se queda sin trabajo y sin amigos. Cuando alguien se siente así, arrastra los pies y camina con los hombros y la cabeza caídos.

APESADUMBRADA

Cuando alguien se siente apesadumbrado se siente muy triste. Siente que ha ocurrido algo muy malo en su vida y que no puede hacer nada. Cuando alguien se siente apesadumbrado se siente como cuando alguien ha perdido a alguien muy querido, o como cuando alguien se ha arruinado.

DESCONFIADO

Cuando alguien es desconfiado, no se siente bien ante alguien o ante algo. Siente que alguien o algo puede ser malo para él. Cuando alguien es desconfiado nunca confía en otras personas; es como cuando un comercial quiere regalarle algo a alguien y esa persona piensa: “este comercial no quiere algo bueno para mí, quiere algo bueno para él”.

EUFÓRICA

Cuando alguien se siente eufórico se siente muy bien. Siente que algo muy bueno ha ocurrido. Muchas veces esa persona ríe, grita o salta de alegría. Cuando alguien se siente eufórico se siente como cuando a alguien le toca la lotería. Algunas personas pueden pensar que estar así no es tan bueno. Muchas veces las personas se sienten así por un tiempo corto.

LÁNGUIDO

Cuando algo es lánguido no está bien. Puede ser una parte del cuerpo lo que esté lánguido, como un rostro lánguido; alguien al verlo puede pensar que esa persona está triste y no tiene ganas de vivir. Algo es lánguido cuando es como la cara de alguien cuando sus ojos no tienen luz, cuando su boca está cerrada y cae hacia abajo. Algo lánguido también es algo alargado.

MELANCÓLICA

Cuando alguien se siente melancólico se siente triste. Siente que hubo cosas buenas en su vida que ya no están. Quiere que esas cosas buenas vuelvan, pero sabe que no pueden volver. Cuando alguien se siente melancólico se siente como cuando esa persona o alguien muy querido ya no es joven.

SUSPICAZ

Cuando alguien es suspicaz no se siente bien ante alguien o ante algo. Siente que alguien o algo puede ser malo. Cuando alguien es suspicaz muchas veces sospecha de alguien o de algo, y piensa como lo hacen algunas personas cuando ocurre algo extraño, que dicen: “las cosas no son como parece, hay algo escondido detrás de lo que ha ocurrido”.



e-Motional
Training