



Atención

Sentidos y cuerpo

Pensamientos

Emociones

Actitudes

Comunicación efectiva






Clima

Consciencia social

Práctica. Reconociendo nuestras motivaciones.

Propósito

Indagar sobre los 3 grandes grupos de motivaciones.

 Modalidad	Presencial / Virtual
 Destinatarios	Adultos / Jóvenes / Niños y niñas
 Tipo	Individual / Colectiva
 Duración	7 minutos
 Recursos necesarios	-

Desarrollo

En esta actividad intentaremos identificar qué sirve a las motivaciones y qué emoción es la que se desenvuelve con esta motivación como guía y viceversa. Qué emoción suscita determinada motivación.

Para esto, te invitamos a completar el siguiente cuadro.

Tal como hemos visto en el desarrollo del módulo de Emociones, hay 3 grandes grupos de motivaciones que sirven de guía y propician ciertas emociones.

Emoción	Motivación
Martin siente Miedo	Necesita protegerse (Protección)
Carla está Alegre	Busca a sus amigos para compartir su buena noticia. (Búsqueda de recursos)



Te invitamos a completar qué emoción y qué motivación está en cada una para vos.

Emoción	Motivación
Ira	
	Cuidado
Vergüenza	
	Búsqueda de recursos