

Unidad 5 – La vida afectiva

Trabajo práctico

Valentina Maldonado.

Las preguntas de las hice a mi hermana mayor.

1. ¿Cómo te has sentido últimamente?
Últimamente me estoy sintiendo muy cansada y estresada , estoy estudiando todos los días, pero en la facultad tengo amigos y llevamos bien la materia.
2. ¿Qué ha sido lo mejor y lo peor de tu día/semana?
Lo peor de mi semana fue estudiar para un parcial, estaba todos los días en mi pieza estudiando.
3. ¿Hay algo que te esté preocupando en este momento?
Me preocupa no estar estudiando lo suficiente para la facultad.
4. ¿Cómo manejas lo que estás sintiendo ahora?
Hablo mucho con mis amigos, tengo un amigo en españa que lo extraño mucho, y hablamos todos los días y ahí le cuento un poco cómo me siento y descargo algo de mis emociones. Mi familia también me apoya y me entiende. Yo también escucho música para distraerme.
5. ¿Cuándo fue la última vez que te sentiste realmente feliz?
Hace poco cuando fui a un cumpleaños de una amiga, me divertí muchísimo.
6. ¿Cómo expresas lo que sentis cuando no puedes ponerlo en palabras?
A veces no me sale expresar lo que siento y me quedo callada o me enojo fácilmente.
7. ¿Sentis que estás cargando con más de lo que puedes manejar?
Si, pero sé que con el tiempo siempre puedo manejarlo. El primer año por ejemplo, me sentí muy perdida, pero pude adaptarme.