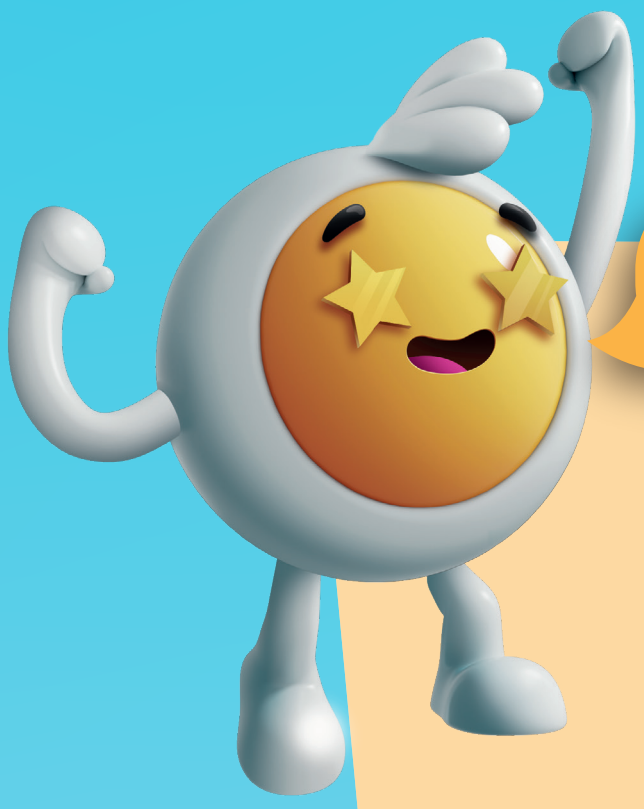


¿HAS SENTIDO...?



ALEGRÍA

El bienestar, los logros, el cariño y la posibilidad de obtener lo que quieres te hacen sentir alegría.

Palabras similares: satisfacción, regocijo
Sensaciones asociadas: energía, calidez en el cuerpo, ganas de moverte



ENTUSIASMO

Te entusiasmas cuando sientes un gran interés hacia algún tema o actividad y un firme deseo de involucrarte con ese interés.

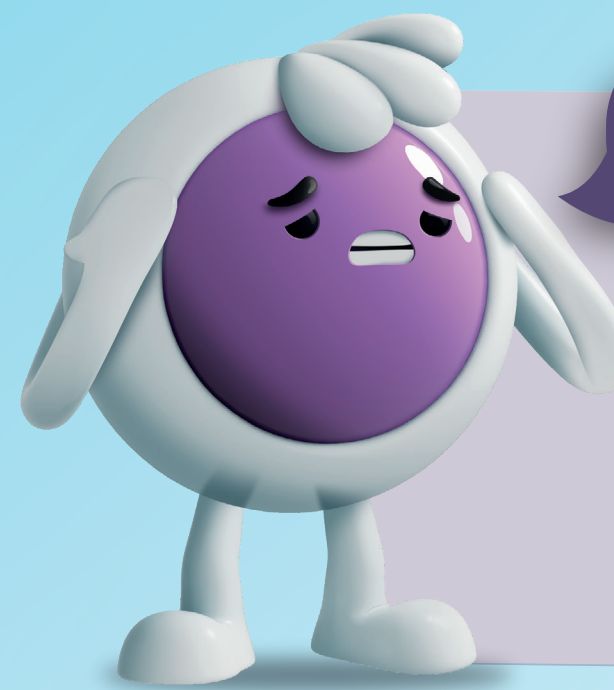
Palabras similares: interés, afán, pasión
Sensaciones asociadas: manos inquietas, mariposas en el estómago, amplitud en el pecho



TRISTEZA

Si tienes una pérdida, ha terminado una etapa o ha ocurrido algún evento doloroso, puedes sentir tristeza.

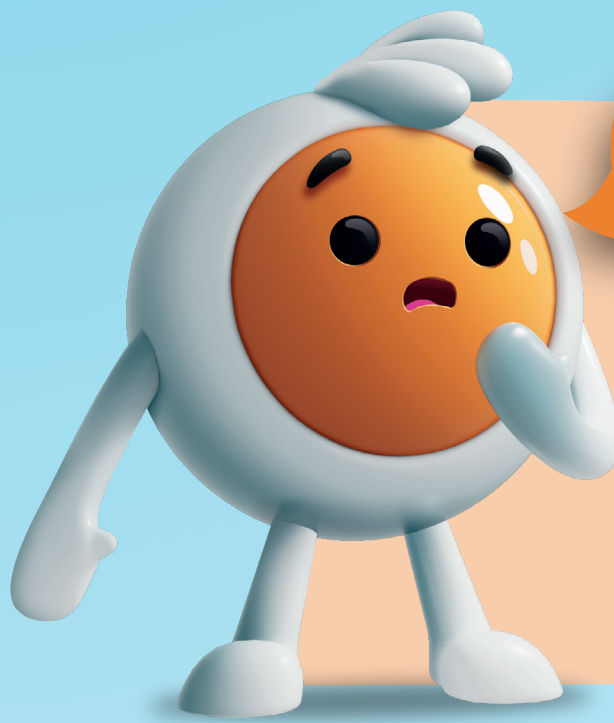
Palabras similares: dolor, infelicidad, nostalgia
Sensaciones asociadas: pesadez en el cuerpo, ojos llorosos, opresión en el pecho



AFLICCIÓN

Cuando alguien que quieres se aleja, sufre o muere, puedes sentir un dolor y un sufrimiento profundos que se llaman aflicción.

Palabras similares: duelo, dolor
Sensaciones asociadas: ansiedad, falta de apetito, falta de sueño



SORPRESA

Sueles sentir sorpresa cuando te encuentras con personas, eventos o descubrimientos inesperados.

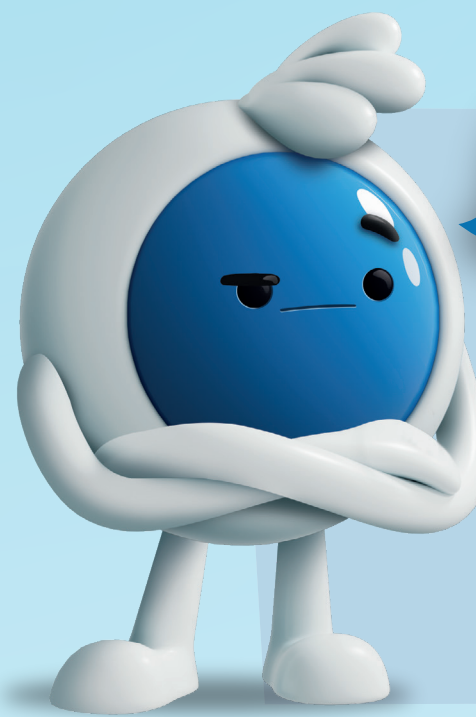
Palabras similares: alteración
Sensaciones asociadas: palpitaciones fuertes y rápidas, sensación de expansión en el pecho



ASOMBRO

Las vivencias y las cosas increíbles, inusuales e inesperadas te causan asombro.

Palabras similares: maravilla, admiración
Sensaciones asociadas: respiración corta, palpitaciones fuertes, sensación de expansión en el pecho



DESAGRADO

Si tienes un fuerte sentido de desaprobación y disgusto por una situación, un comportamiento o un objeto, sientes desagrado.

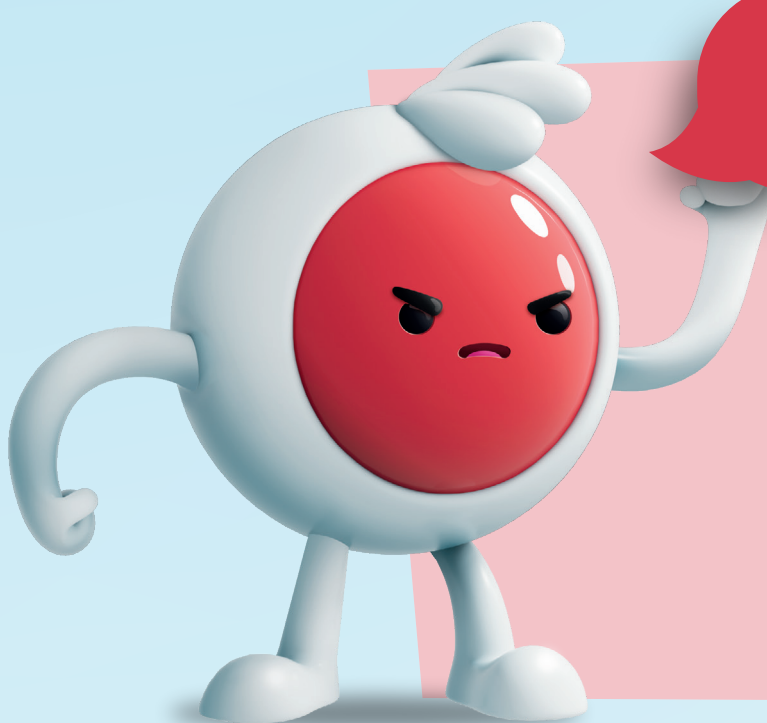
Palabras similares: asco, repulsión
Sensaciones asociadas: náusea, necesidad de alejarse, rechazo



AVERSIÓN

Puedes sentirla como una repulsión o un rechazo tan intenso que quizá te genere sentimientos como el rechazo y la antipatía.

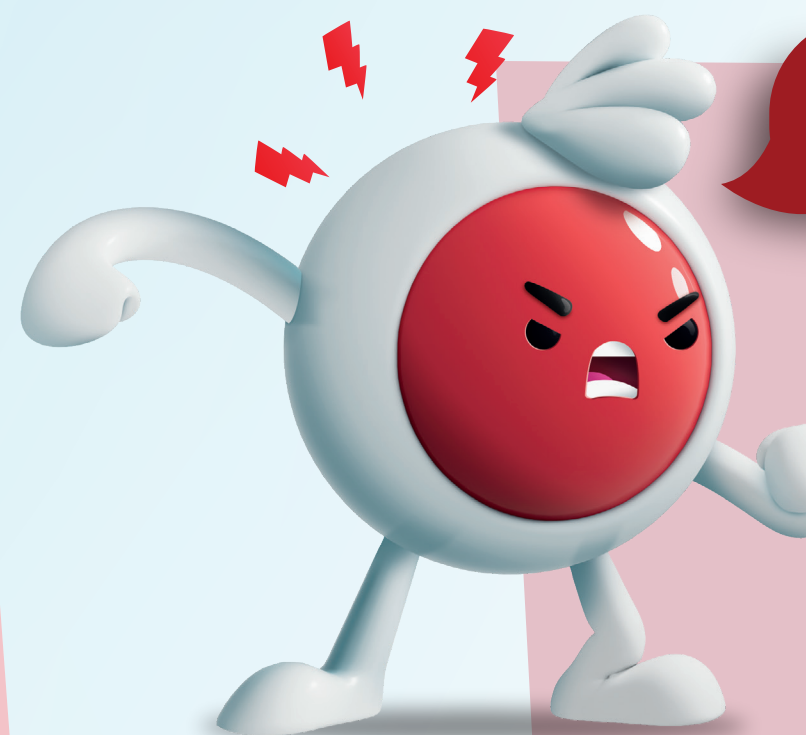
Palabras similares: animadversión, antipatía
Sensaciones asociadas: náusea, mareo, necesidad de alejarse, rechazo



ENOJO

Cuando las palabras o acciones de los demás te conflictúan o te parecen injustas, o cuando experimentas hechos traumáticos, puedes sentir enojo.

Palabras similares: disgusto, enfado
Sensaciones asociadas: tensión en el entrecejo y la mandíbula, latidos del corazón acelerados



FURIA

Sientes furia cuando el enojo te rebasa y entonces lo expresas mediante acciones violentas como gritos, gestos agitados y pérdida de control.

Palabras similares: rabia, ira
Sensaciones asociadas: palpitaciones rápidas y fuertes, tensión en el entrecejo y la mandíbula, latidos del corazón acelerados, ganas de gritar, pegar o patear



MIEDO

Sientes miedo ante la posibilidad o presencia de un peligro. También puedes sentirlo si crees que las cosas no van a salir como lo esperas.

Palabras similares: inseguridad
Sensaciones asociadas: músculos tensos, estómago cerrado, ganas de esconderte



TERROR

Cuando el miedo ante un peligro real o imaginario es muy intenso y no puedes pensar más que en ese peligro, entonces sientes terror.

Palabras similares: pánico, horror
Sensaciones asociadas: sudoración fría, parálisis, estremecimiento

