







## Curso de Manejo de Emociones para la Productividad y la Organización





1. Los momentos "mágicos" de nuestras habilidades son posibilitados por:

Genética

REPASAR CLASE

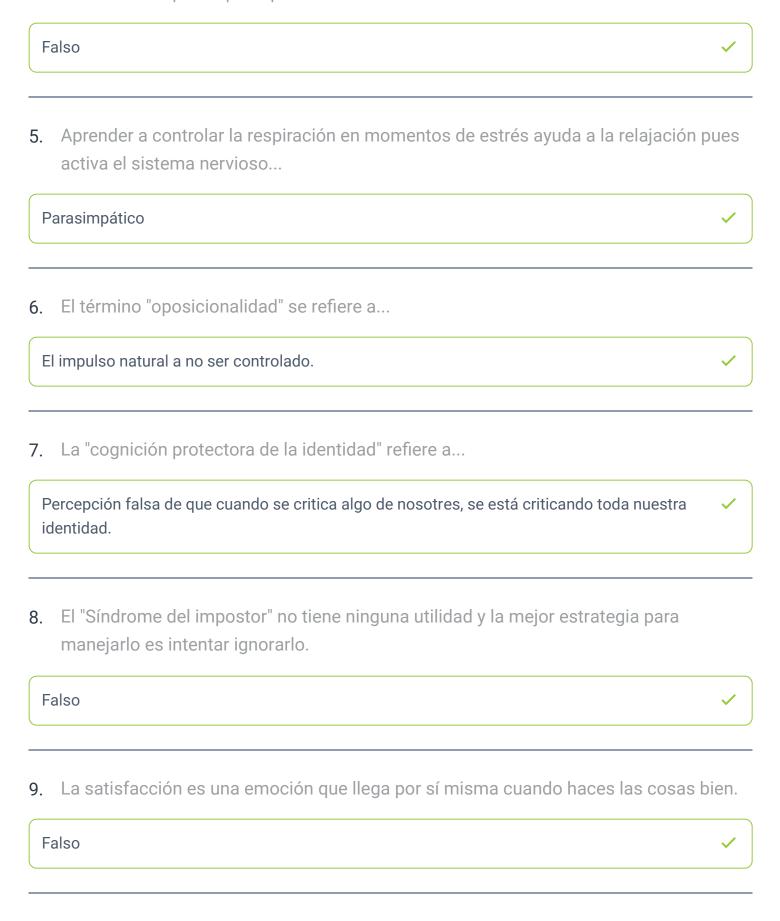
2. La impulsividad es

Una reacción que se puede aprender a manejar

3. El primer paso para aprender a tener un mejor manejo del hyperfocusing es...

Detectar las actividades que lo suelen activar

4. El estrés siempre es perceptible de manera inmediata



10. Una estrategia para sentir satisfacción es poner más atención en...

El proceso	<b>/</b>
11. Todas las personas funcionamos de la misma manera sin importar el contexto.	
Falso	<b>~</b>
12. Apartar espacios diarios de ocio puede ser útil para	
Mantener la motivación y descansar	<u> </u>

## **REGRESAR**