

La vergüenza

Guía para profesorado



Actividades de primaria

INDICE

1. Instrucción y objetivos	3
2. Recomendaciones para el profesor	4
3. ¿Por qué es importante trabajar la vergüenza?	5
4. Puntos clave para el profesor	6
5. Día 1. Reconocer y comprender la emoción de la vergüenza	
• Actividad 1. Votación con tarjetas: ¿Me daría vergüenza si?	7
• Actividad 2: Juego de retratos: ¿Dónde se esconde la vergüenza?	9
6. Día 2. Identificar desencadenantes y estrategias de apoyo	
• Actividad 1. Lluvia de ideas: ¿Cuándo siento vergüenza?	11
• Actividad 2: Lo que me ayuda cuando siento vergüenza	13
7. Actividades complementarias	
• Actividad Complementaria 1 — Historias anónimas de vergüenza	15
• Actividad Complementaria 2 — El semáforo de la vergüenza	17
8. Materiales imprimibles y recursos	
• Checklist de materiales por sesión	19
◦ Día 1	
▫ Actividad 1. Votación con tarjetas – ¿Me daría vergüenza si...? y semaforo	20
▫ Actividad 2: Juego de retratos: ¿Dónde se esconde la vergüenza?	22

INTRODUCCIÓN

La vergüenza es una emoción universal y profundamente humana que cumple un papel esencial en la manera en que los niños se perciben a sí mismos y se relacionan con los demás. A menudo aparece cuando nos sentimos expuestos, excluidos o juzgados y —aunque puede resultar dolorosa— también actúa como una señal interna que nos ayuda a reconocer nuestros límites y nuestra necesidad de pertenencia.

En el contexto escolar, la vergüenza puede surgir en situaciones muy comunes: cometer un error delante de los compañeros, no ser elegido para un equipo, recibir una corrección o que otros se rían de nosotros. Cuando no se aborda adecuadamente, esta emoción puede llevar a los niños a esconderse, retraerse o reaccionar a la defensiva. Con el tiempo, las experiencias repetidas de vergüenza pueden afectar su confianza, su participación y su sensación de seguridad emocional dentro del aula.

Este módulo ofrece un espacio seguro y estructurado para poner en palabras esta emoción, ayudando a los alumnos a reconocerla, normalizarla y aprender a gestionarla de forma saludable. A través de actividades lúdicas, dinámicas corporales y momentos de reflexión grupal, los niños descubren que sentir vergüenza no es una debilidad, sino una experiencia humana compartida. Además, aprenden a identificar cómo se siente en el cuerpo, cómo se expresa en la conducta y qué puede desencadenarla, desarrollando así empatía y estrategias de autorregulación emocional.

Objetivo:

- Reconocer y comprender la emoción de la vergüenza en diferentes contextos cotidianos.
- Identificar cómo se siente la vergüenza en el cuerpo y cómo se manifiesta en el comportamiento y los pensamientos.
- Explorar los desencadenantes que suelen provocar vergüenza (como la exclusión, la exposición o la falta de reconocimiento).
- Normalizar la experiencia de la vergüenza como parte del desarrollo humano.
- Fomentar la empatía, el respeto y el apoyo mutuo dentro del aula.
- Desarrollar estrategias para transformar la vergüenza en comprensión y conexión con los demás.

Schlüsselwörter

- Vergüenza
- Emociones sociales
- Autorregulación
- Autoestima
- Mirada del otro
- Pertenencia
- Aceptación
- Rechazo
- Respeto
- Expresión emocional
- Empatía
- Límites personales
- Clima de aula seguro
- Acompañamiento emocional
- Corporalidad y vergüenza

Resultados esperados modulo 6

Al finalizar este módulo, **se espera que el alumnado entienda que la vergüenza es una emoción común, aprenda a identificarla sin juzgarla y desarrolle recursos para expresarse** con más confianza y respeto hacia sí mismo y hacia los demás.



Las propuestas de este módulo son orientativas. Puedes adaptarlas según las características del grupo o las dinámicas de tu aula. Si lo consideras necesario, divídelo en dos sesiones más breves o intégralo en proyectos transversales de educación emocional.

El material puede utilizarse tanto en formato impreso como digital, según lo que resulte más práctico.

¿Por qué es importante trabajar la vergüenza?

Aunque a menudo se confunden, **vergüenza** y **culpa** no son lo mismo.

Vergüenza

Tiene que ver con la identidad

- “Soy malo”
- “No valgo”
- “No debería ser así”

Culpa

Se relaciona con la acción

- “He hecho algo mal”
- “Me equivoqué”.

Hablar de la vergüenza con naturalidad ayuda a los niños a desarrollar una relación más sana con sus emociones. Aprenden que todos pueden sentirse vulnerables y que los errores no los definen, sino que son oportunidades para crecer.

Trabajar esta emoción desde edades tempranas previene patrones de autocrítica, perfeccionismo o evitación. Además, fortalece el sentido de pertenencia y la seguridad emocional, pilares esenciales para el aprendizaje y la convivencia.

Para el docente, abordar la vergüenza es también una herramienta de observación: permite comprender las dinámicas del grupo, detectar momentos de exclusión o ridiculización y fomentar una cultura de respeto, confianza y empatía.

Preguntas de reflexión para el profesorado

- *¿Cuándo observo que aparece la vergüenza en mi aula?*
- *¿Cómo reacciono yo ante la vergüenza de mis alumnos?*
- *¿De qué manera puedo acompañar el error sin reforzar la humillación?*
- *¿Cómo puedo modelar la autocompasión y el respeto hacia uno mismo?*
- *¿Qué prácticas puedo incorporar para crear un aula donde todos se sientan seguros de ser vistos?*

“Cuando podemos hablar de la vergüenza, pierde su poder.”

— Brené Brown

Puntos clave del profesorado:

- **Crear un ambiente seguro:** valida todas las emociones y garantiza que ningún alumno se sienta presionado a compartir vivencias personales.
- **Normalizar la emoción:** recuerda que todos sentimos vergüenza en algún momento; no es debilidad, sino una experiencia compartida.
- **Modelar empatía y respeto:** la forma en que el profesor responde a los errores influye en cómo los alumnos se tratan entre sí.
- **Usar las actividades como punto de partida:** más que buscar resultados, prioriza la reflexión y la conciencia emocional.
- **Observar las señales emocionales:** el lenguaje corporal, el tono o el silencio también comunican.
- **Fomentar el apoyo entre iguales:** reconoce públicamente los gestos de cuidado, escucha o ayuda.
- **Cerrar emocionalmente cada sesión:** finaliza con calma, asegurando que nadie se marche sintiéndose expuesto o incómodo.

A1

Día 1. La vergüenza – Reconocer y comprender la emoción (40 minutos duración)

Actividad 1: Votación con tarjetas – “¿Me daría vergüenza si...?” (15 - 20 minutos duración) Adáptala al ritmo y edad de tu grupo.

1.1.1 Objetivos

1. Reconocer que la vergüenza es una emoción que todos sentimos, aunque de forma distinta, y abrir un espacio de reflexión segura y divertida sobre las diferentes situaciones que pueden provocarla.

1.1.2 Desarrollo de la actividad

Materiales

- ☐ Tarjetas rojas y verdes (una de cada color por alumno).
- ☐ Lista de frases sobre situaciones cotidianas (puedes leerlas en voz alta o proyectarlas).
- ☐ Pizarra o rotafolio y rotuladores.
- ☐ Aula organizada en círculo o semicírculo.
- ☐ (Opcional) Música suave para el momento de cierre o reflexión.

1. Introducción:

- Explica al grupo que hoy hablarán sobre una emoción que todos conocemos: **la vergüenza**.
 - Ej. *“A veces sentimos vergüenza cuando creemos que los demás nos están mirando o cuando hacemos algo que nos incomoda. Pero no todos sentimos vergüenza por las mismas cosas. Hoy vamos a descubrir qué situaciones nos hacen sentir así y veremos que cada persona lo vive a su manera.”*

2. Explicación de la dinámica

- Entrega las dos tarjetas a cada alumno:

No, no me daría vergüenza

Sí, me daría vergüenza

- Explica que leerás distintas frases y que deberán levantar la tarjeta que mejor refleje cómo se sentirían en esa situación.

3. Lectura de frases y votación

- Lee una a una las siguientes frases, dejando unos segundos entre cada una para observar las reacciones:

- Me avergonzaría no haberme dado cuenta de que no llevaba suficiente dinero hasta que pagué en la caja.
- Me avergonzaría resbalar y caerme delante de mis amigos.
- Me avergonzaría si accidentalmente me pusiera la camiseta al revés y fuera al colegio con ella puesta.
- Me avergonzaría si me diera cuenta de que soy el único de la clase que no ha sido invitado a una fiesta.
- Me daría vergüenza que alguien cogiera mi móvil y leyera mis mensajes.
- Me avergonzaría sacar una mala nota en una asignatura que normalmente se me da bien.
- Me avergonzaría tener que cantar solo/a delante de toda la clase en música.
- Me avergonzaría haber dicho algo feo sobre un amigo.
- Me avergonzaría si un amigo se comportara de forma muy inapropiada en el cine.

4. Reflexión guiada

- Después de varias rondas, abre un breve diálogo:
 - *“¿En qué situaciones coincidimos? ¿En cuáles pensamos distinto? ¿Por qué?”*
 - Escribe en la pizarra palabras o frases clave que surjan (por ejemplo: miedo a que se rían, vergüenza corporal, equivocarse, miradas de otros).

5. Cierre y conexión emocional

- Concluye recordando tres ideas importantes:
 - *Todos sentimos vergüenza alguna vez.*
 - *Lo que nos avergüenza puede ser diferente en cada persona.*
 - *Hablar de lo que sentimos nos ayuda a entendernos y a respetar a los demás.*

Puntos clave para el docente

- **Mantén un tono de curiosidad**, no de juicio.
- **Observa las reacciones:** risas nerviosas, silencios, evasiones o comentarios espontáneos son pistas sobre cómo el grupo gestiona la exposición.
- **No fuerces a nadie a justificar su respuesta;** el objetivo no es “tener razón”, sino abrir la conversación emocional.
- Si surge una situación sensible (por ejemplo, exclusión o burla), anótala para trabajarla más adelante en el mural o las dinámicas del Día 2.

A2

Actividad 2: Juego de retratos – “¿Dónde se esconde la vergüenza?” (20 minutos duración) Adáptala al ritmo y edad de tu grupo.

1.1.1 Objetivos

1. Ayudar a los alumnos a identificar cómo se manifiesta la vergüenza en el rostro y el cuerpo, diferenciándola de otras emociones, y fomentar la empatía hacia quienes la experimentan.

Materiales

- ☐ Tarjetas o imágenes con rostros que expresen distintas emociones (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, vergüenza, etc.).
- ☐ Hojas y lápices de colores (opcional, para que dibujen sus propias expresiones).
- ☐ Pizarra o rotafolio.
- ☐ Espacio amplio para moverse y observar

1.1.2 Desarrollo de la actividad

1. **Introducción:** Diles que van a observar distintas caras y tratar de descubrir qué siente cada una.
 - “Las emociones se notan en el cuerpo y en la cara. Hoy vamos a convertirnos en detectives de las emociones.”
2. **Observación y clasificación**
 - Muestra las imágenes o repártelas entre grupos pequeños.
 - Pide que observen bien cada rostro y digan qué emoción creen que expresa.
 - Anota las respuestas en la pizarra.
3. **Identificación de la vergüenza**
 - Cuando surja la imagen correspondiente, pregúntales:
 - “¿Qué señales nos dicen que esta persona puede estar sintiendo vergüenza?”
 - Guía la reflexión:
 - ¿Mira hacia abajo?
 - ¿Se pone roja?
 - ¿Parece querer esconderse?



4. Variante creativa (opcional)

- Invita a los alumnos a dibujar su propia “cara de vergüenza” o cómo se sienten cuando la experimentan.
- Después, pueden compartir voluntariamente (solo si quieren).

5. Cierre grupal

- En plenario, escribe en la pizarra las palabras o sensaciones que repiten: calor en la cara, mirar al suelo, silencio, ganas de desaparecer...
- Concluye con una idea sencilla:
 - *“Cuando reconocemos lo que sentimos, nos resulta más fácil entender a los demás. Todos sentimos vergüenza, y eso también nos une.”*

Puntos clave para el docente

- **Refuerza el respeto:** no permitas burlas o imitaciones.
- **Si algún alumno comparte algo personal, agradécele su confianza y normaliza la emoción.**
- **Puedes aprovechar para introducir vocabulario emocional:** tensión, rubor, timidez, nervios, incomodidad.
- **Si el grupo es participativo,** puedes cerrar con un mini juego de expresión corporal (mostrar con gestos distintas emociones).

A1

Día 2. Desencadenantes de la vergüenza y apoyo mutuo (45 minutos)

Actividad 1: Lluvia de ideas – “¿Cuándo siento vergüenza?” (20 - 25 minutos duración) Ajusta el tiempo según la participación del grupo.

2.1.1 Objetivos

1. Identificar las situaciones cotidianas que pueden generar vergüenza en el entorno escolar, comprendiendo que esta emoción se presenta en cada persona de manera distinta.

Materiales

- ☐ Tarjetas o notas adhesivas (varias por grupo o alumno).
- ☐ Rotuladores o bolígrafos.
- ☐ Pizarra, mural o panel grande para agrupar las ideas.
- ☐ Opcional: música suave de fondo para acompañar el momento de reflexión.

2.1.2 Desarrollo de la actividad

1. **Introducción:** Comienza con una breve explicación
 - “La vergüenza puede aparecer en muchos momentos. A veces es por algo que hacemos, y otras, por cómo creemos que los demás nos ven. Vamos a pensar juntos en qué situaciones sentimos vergüenza.”
2. **Trabajo individual o en grupos pequeños**
 - Entrega las tarjetas o notas adhesivas y pide que escriban o dibujen situaciones que les podrían dar vergüenza (sin necesidad de que sean personales).
 - “Puedes escribir algo que te haya pasado o algo que crees que podría dar vergüenza a alguien.”
3. **Creación del mural**
 - Cada alumno o grupo coloca sus tarjetas en el mural.
 - Lee algunas y agrúpalas en categorías, escribiendo en la pizarra:



4. Diálogo y reflexión conjunta

- Guía la conversación con preguntas:
 - *¿Hay situaciones que se repiten?*
 - *¿Por qué algunas cosas nos dan más vergüenza que otras?*
 - *¿Qué podríamos hacer para que en clase nadie se sienta avergonzado?*

5. Cierre emocional

- Agradece la participación y resume las ideas principales en tres mensajes:
 - *Todos sentimos vergüenza, y eso nos conecta.*
 - *Podemos aprender a reconocerla y a cuidar de nosotros cuando aparece.*
 - *En el aula, todos podemos ayudar a que nadie se sienta mal por equivocarse*

Puntos clave para el docente

- Permite que la actividad fluya sin presionar a compartir.
- Presta atención a los temas que surgen (burlas, comparaciones, exclusión). Son pistas importantes sobre la dinámica grupal.
- Si aparecen situaciones delicadas, valida la emoción y propón retomarlas en la siguiente actividad (“¿Qué nos ayuda cuando sentimos vergüenza?”).

A2

Actividad 2: “Lo que me ayuda cuando siento vergüenza” (10 - 20 minutos duración) Ajusta el tiempo según la participación del grupo.

2.1.1 Objetivos

1. Explorar, desde la empatía, qué actitudes y gestos ayudan a sentirse mejor cuando aparece la vergüenza, y construir un mural colectivo de apoyo y cuidado grupal.

Materiales

- ☐ Tarjetas en blanco (una por alumno).
- ☐ Rotuladores o lápices de colores.
- ☐ Cuerda o mural para colgar las tarjetas.
- ☐ Pinzas, clips o cinta adhesiva.
- ☐ Título visible: “Nuestro muro de apoyo y comprensión”.

2.1.2 Desarrollo de la actividad

1. **Introducción:** conecta con la actividad anterior
 - “Ya hemos visto qué cosas pueden darnos vergüenza. Ahora vamos a pensar qué nos ayuda cuando sentimos eso. ¿Qué palabras, gestos o acciones hacen que nos sintamos mejor?”

2. Trabajo individual

- Pide que cada alumno escriba o dibuje una cosa que le ayuda cuando siente vergüenza.
- Pueden pensar en ejemplos como:
 - Que alguien me escuche.
 - Que no se rían de mí.
 - Que me digan algo amable.
 - Que me den tiempo para calmarme.
 - Que me recuerden que a todos nos pasa.

3. Puesta en común y mural

- Cuando terminen, invita a los alumnos a leer (voluntariamente) sus tarjetas y colocarlas en el mural o cuerda con pinzas.
- Ponle un título al mural, por ejemplo: “Nuestro muro de apoyo y comprensión”

4. Cierre del módulo

- Reúne al grupo frente al mural y realiza una breve reflexión final:
 - “Este mural nos recuerda que todos podemos sentir vergüenza, pero también que todos podemos ayudarnos. Cada palabra que está aquí es una forma de acompañar, de cuidar y de hacer que nuestra clase sea un lugar seguro.”

Nuestro muro de apoyo y comprensión



Puntos clave para el docente

- **Refuerza la participación voluntaria.** No todos querrán compartir sus tarjetas, y está bien.
- **Si surgen ideas muy valiosas** (como empatía, respeto o humor), **destácalas con ejemplos.**
- Puedes dejar el mural visible durante algunas semanas como recordatorio del trabajo emocional del grupo.
- Finaliza la sesión con una breve respiración o un aplauso colectivo para cerrar con energía positiva.

4.1.1 Objetivos

1. Favorecer la empatía y la comprensión mutua mediante el reconocimiento de experiencias de vergüenza, en un entorno seguro y respetuoso.

Materiales

- ☐ Hojas en blanco o papelitos pequeños.
- ☐ Caja, sobre grande o bolsa (para recoger las historias).
- ☐ Pizarra o rotafolio y rotuladores.
- ☐ (Opcional) Etiqueta decorativa: "Cosas que nos unen" (para la caja).

4.1.2 Desarrollo de la actividad

1. Introducción y consigna

- Explica al grupo que van a hacer una actividad para conocer mejor cómo se siente la vergüenza, pero **sin hablar de nadie en concreto**.
 - *"A todos nos ha pasado alguna vez algo que nos dio vergüenza. A veces es una tontería y otras, algo que recordamos mucho tiempo. Vamos a escribirlo de forma anónima para ver que no somos los únicos."*

2. Escritura individual

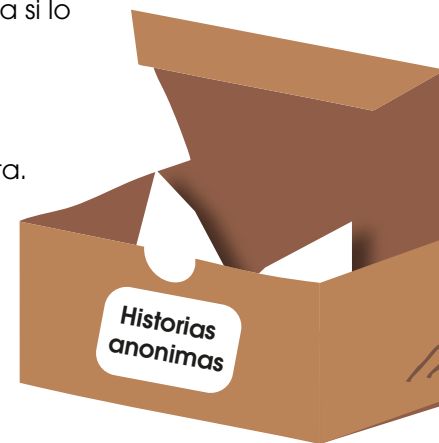
- Pide a cada alumno que escriba (o dibuje) una situación en la que alguien podría sentirse avergonzado.
- Aclara que no deben poner su nombre y que pueden inventar la historia si lo prefieren.

3. Recogida y lectura

- Reúne los papeles en una caja y, al azar, lee algunas historias en voz alta.
- Después de cada una, abre un breve diálogo:
 - *¿Por qué esta situación puede causar vergüenza?*
 - *¿Qué podríamos hacer si le pasara a un compañero?*
 - *¿Qué ayuda en esos momentos?*

4. Cierre y reflexión

- Concluye destacando la empatía del grupo y la normalidad de esta emoción.
 - *"La vergüenza es algo que todos sentimos. Cuando hablamos de ella sin miedo, nos entendemos mejor y nos cuidamos más."*



Puntos clave para el docente

- Mantén un tono cuidadoso y cálido, evitando relecturas humorísticas o imitaciones.
- Si surgen situaciones delicadas (por ejemplo, burlas, exclusión o temas familiares), valida la emoción y anótalo para abordarlo después en tutoría.
- **Puedes conservar las historias en una caja simbólica llamada “Cosas que nos unen”, para reforzar el mensaje de comunidad**

AC2

Actividad 2: El semáforo de la vergüenza (10 - 15 minutos duración)

4.1.1 Objetivos

1. Ayudar a los alumnos a reconocer la intensidad con la que sienten la vergüenza y a comprender que cada persona puede experimentarla de manera diferente.

Materiales

- ☐ Tarjetas o círculos de tres colores: rojo, amarillo y verde.
- ☐ Lista de situaciones elaborada por el profesor.
- ☐ Espacio para moverse o colocar las tarjetas.
- ☐ (Opcional) Carteles grandes con los colores y su significado

4.1.2 Desarrollo de la actividad

1. Introducción

- Explica que van a usar un semáforo para representar cuánta vergüenza sentirían en distintas situaciones.
 - ***"Igual que en los semáforos, cada color representa algo: rojo es mucha vergüenza, amarillo es algo de vergüenza, y verde es poca o ninguna."***

2. Lectura de situaciones y votación

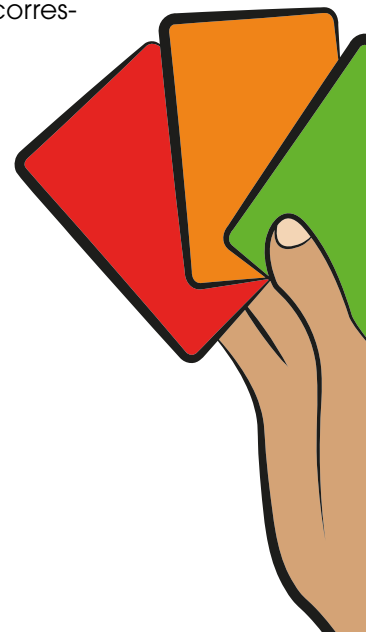
- Lee en voz alta varias situaciones, una a una, y pide que levanten la tarjeta correspondiente.
 - Por ejemplo:
 - Olvidar la letra de una canción en clase de música.
 - Tropezar y caerse en el patio.
 - Sacar una mala nota en una asignatura que normalmente se me da bien.
 - Que alguien lea en voz alta algo que escribí.
 - Llegar tarde cuando todos ya están sentados.

3. Debate breve

- Tras varias rondas, comenta con el grupo:
 - ***"¿Por qué algunos sentís más o menos vergüenza en la misma situación? ¿De qué depende?"***
- Anota en la pizarra algunas ideas que surjan: confianza, miedo a las risas, preocupación por el error, respeto, seguridad en uno mismo...

4. Cierre y reflexión conjunta

- Reforza el valor de la diversidad emocional:
 - ***"Cada uno siente la vergüenza de forma distinta, y eso está bien. Lo importante es aprender a reconocerla y saber cómo acompañarnos cuando aparece."***



Puntos clave para el docente

- Esta actividad funciona muy bien como repaso o introducción.
- Si el grupo es participativo, puedes hacerlo en movimiento (por ejemplo, colocando los tres colores en distintas esquinas del aula).
- Refuerza el respeto y evita que nadie se ría de las respuestas de los demás.
- Al final, puedes preguntar:

“¿Qué podemos hacer para que nadie se sienta en rojo en esta clase?”

Checklist del material todas las actividades

Día 1. Reconocer y comprender la emoción de la vergüenza

1.1 Votación con tarjetas: “¿Me daría vergüenza si?”

- ☐ Tarjetas de colores (roja/verde)
- ☐ Lista impresa o proyectada de frases
- ☐ Pizarra o rotafolio y rotuladores
- ☐ Aula dispuesta en círculo o semicírculo
- ☐ (Opcional) Música suave para el momento de cierre o reflexión.

1.2 Juego de retratos:

“¿Dónde se esconde la vergüenza?”

- ☐ Tarjetas o imágenes con distintas emociones
- ☐ (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, vergüenza...)
- ☐ Hojas blancas y lápices o colores
- ☐ Pizarra o rotafolio y rotuladores
- ☐ Espacio amplio para moverse y observar

Día 2. Identificar desencadenantes y estrategias de apoyo

2.1 Lluvia de ideas: “¿Cuándo siento vergüenza?”

- ☐ Tarjetas o notas adhesivas
- ☐ Rotuladores o bolígrafos.
- ☐ Pizarra, mural o panel grande
- ☐ (Opcional) Música suave de fondo para favorecer la concentración.

2.2 “Lo que me ayuda cuando siento vergüenza”

- ☐ Tarjetas en blanco (una por alumno).
- ☐ Rotuladores o lápices de colores.
- ☐ Cuerda, mural o panel para colgar las tarjetas.
- ☐ Pinzas, clips o cinta adhesiva para sujetarlas.
- ☐ Título visible: “Nuestro muro de apoyo y comprensión”.

Actividades complementarias

3.1 Historias anónimas de vergüenza

- ☐ Hojas en blanco o papellitos pequeños.
- ☐ Caja, sobre grande o bolsa para guardar las historias.
- ☐ Pizarra o rotafolio y rotuladores.
- ☐ (Opcional) Etiqueta decorativa: “Cosas que nos unen” (para la caja).

3.2 El semáforo de la vergüenza

- ☐ Tarjetas o círculos de tres colores: rojo, amarillo y verde (una de cada color por alumno).
- ☐ Lista de situaciones elaborada por el profesor.
- ☐ Espacio libre para moverse o colocar los colores
(puedes pegar las tarjetas en tres paredes o zonas del aula).
- ☐ (Opcional) Carteles grandes con los colores y su significado

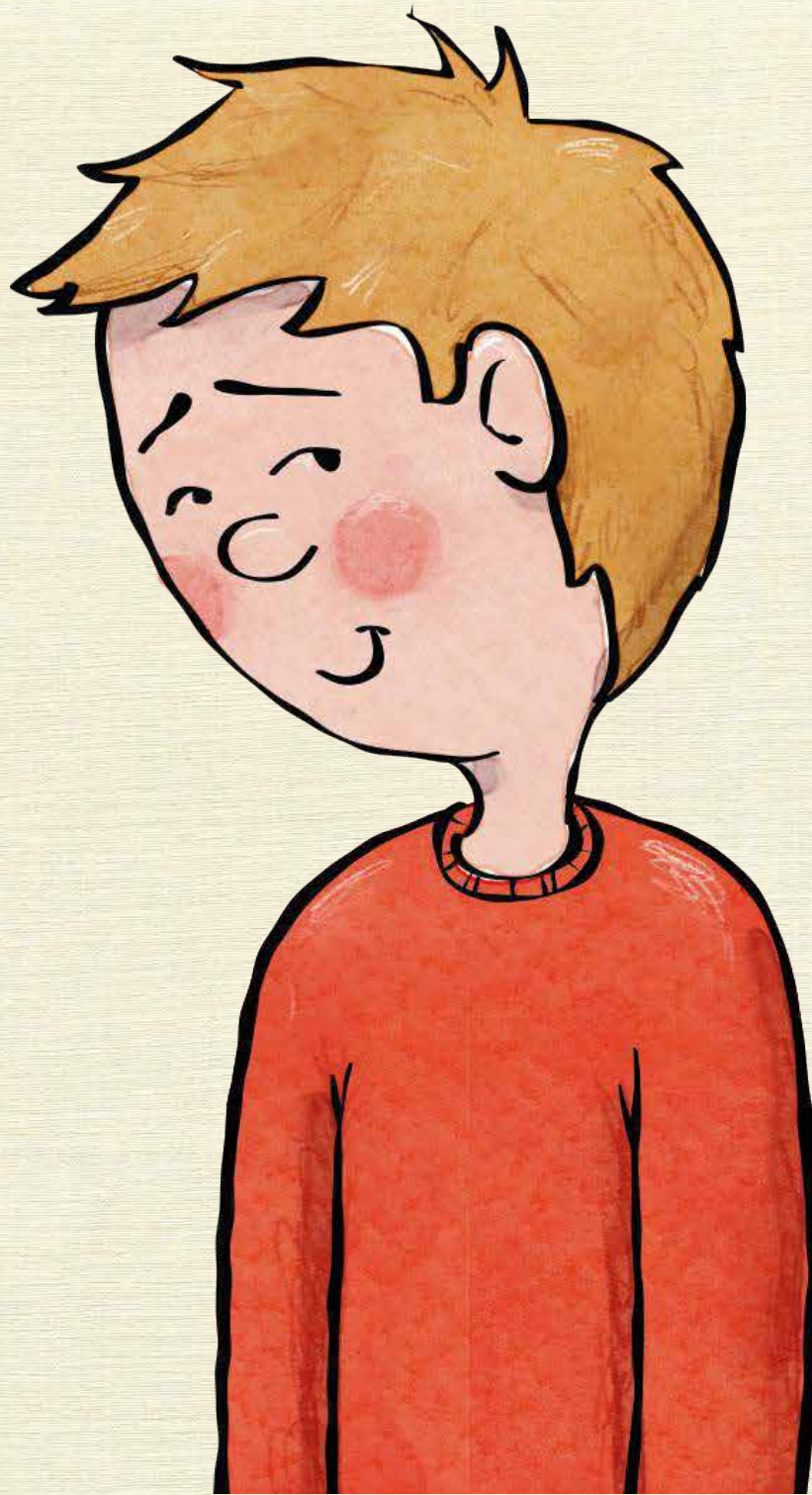
Antes de iniciar el módulo, revisa que:

- Las tarjetas estén recortadas y listas.
- Los materiales estén accesibles y organizados por actividad (puedes usar carpetas o sobres marcados).
- El espacio del aula favorezca la comunicación visual (círculo o semicírculo).
- Tengas a mano música suave o elementos para señalar el inicio/cierre de la sesión (por ejemplo, un timbre, una vela o una campanita).

Sí, me daría vergüenza

No, no me daría vergüenza

Me daría algo de verguenza



tímido





decepcionado





curioso





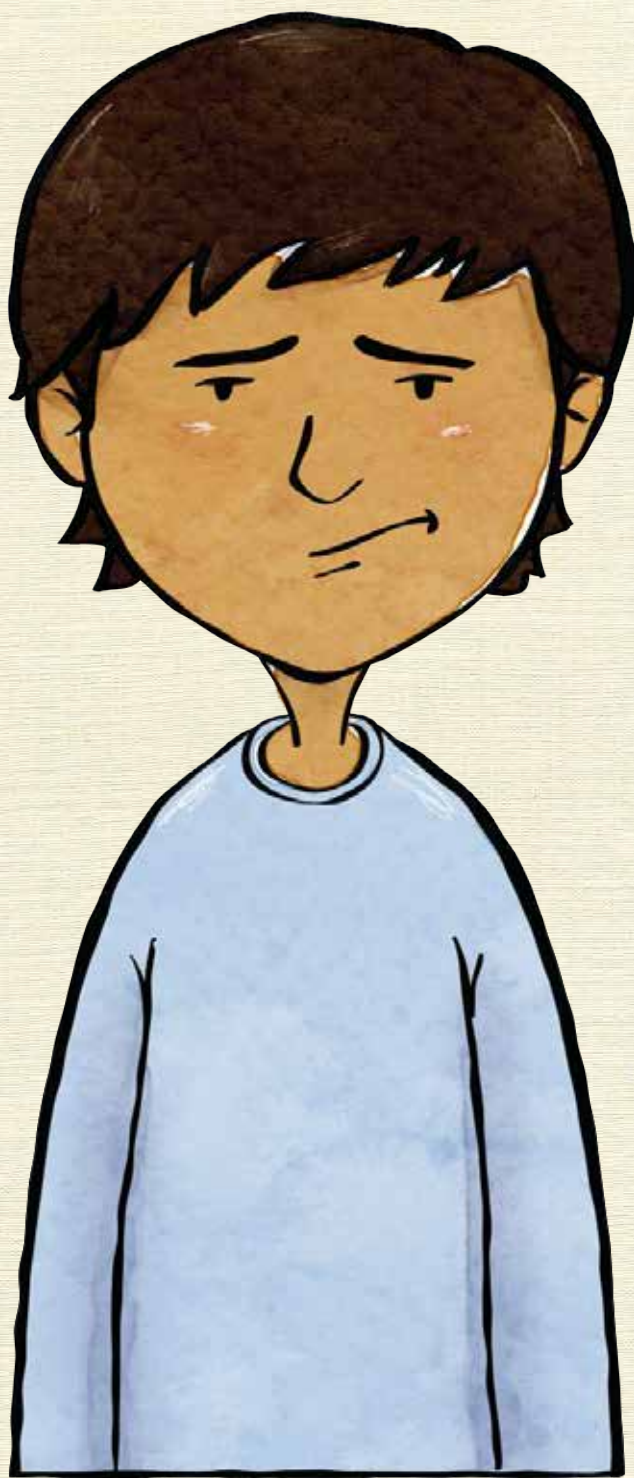
sediento





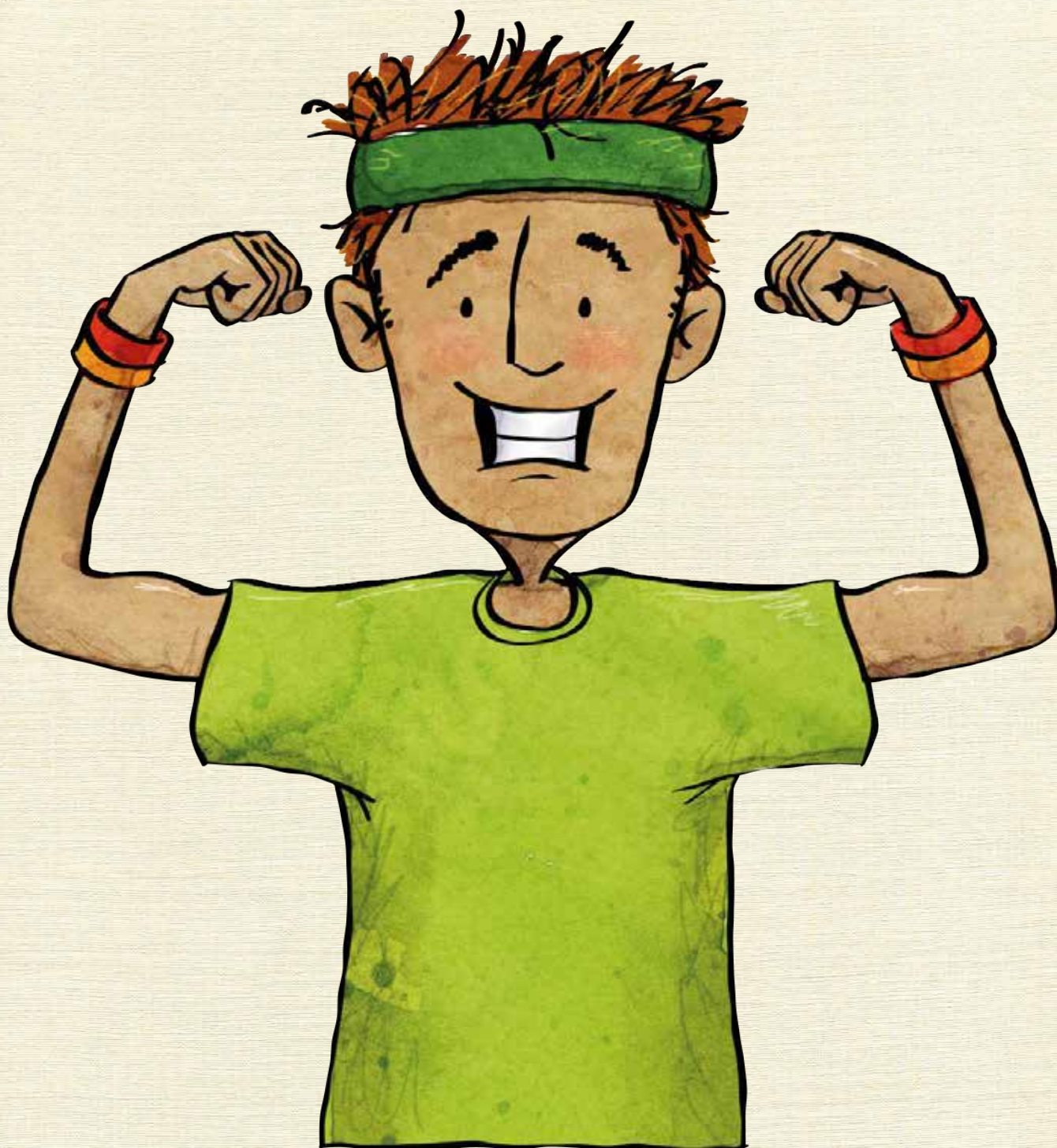
relajado





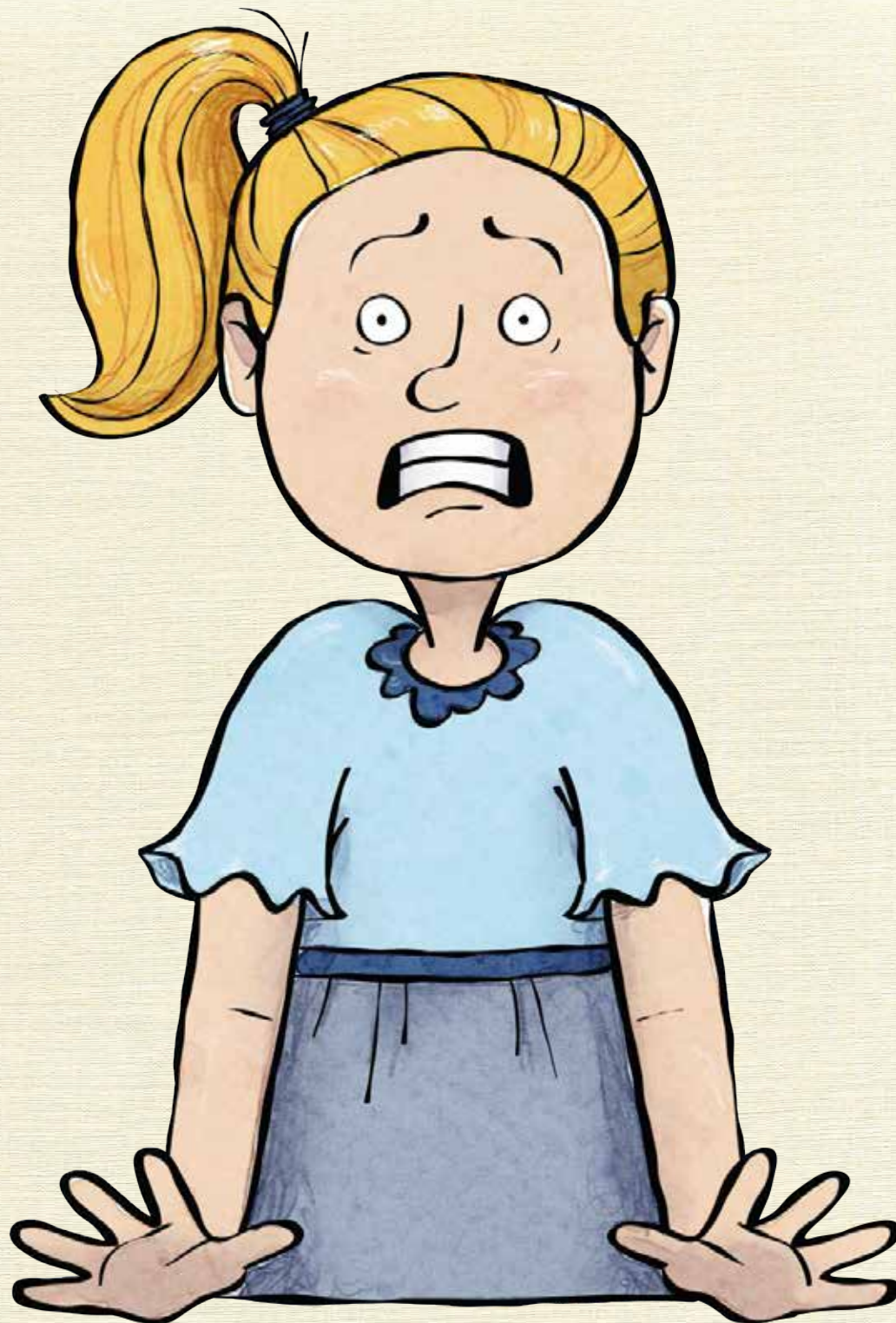
aburrido





fuerte





ansioso





orgullosa





entusiasta





frustrado





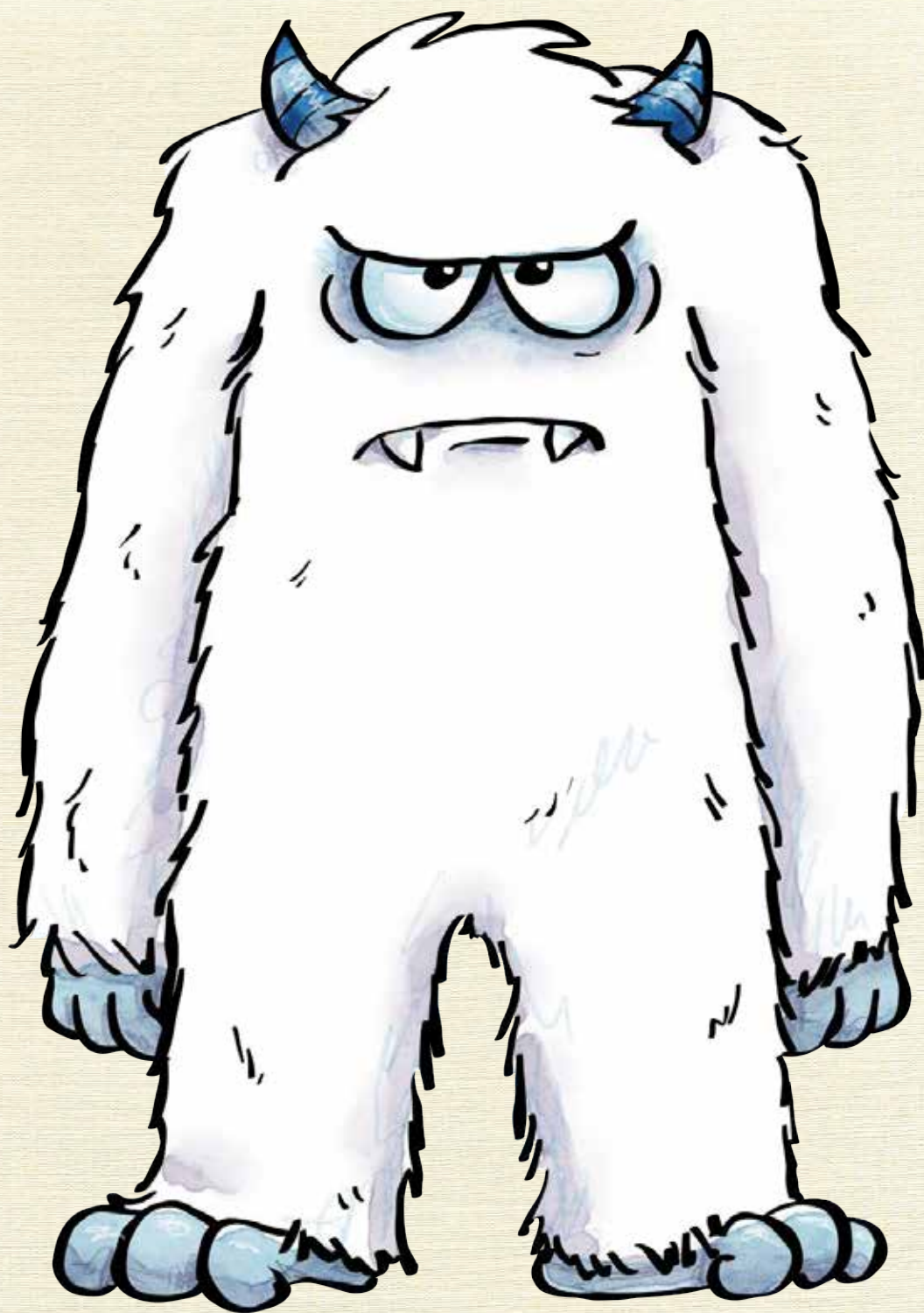
excluido





asombrado





algo extraño





enfadado





nervioso





sorprendido





avergonzado





ofendido





feliz





trabajador





confuso





despierto





motivado





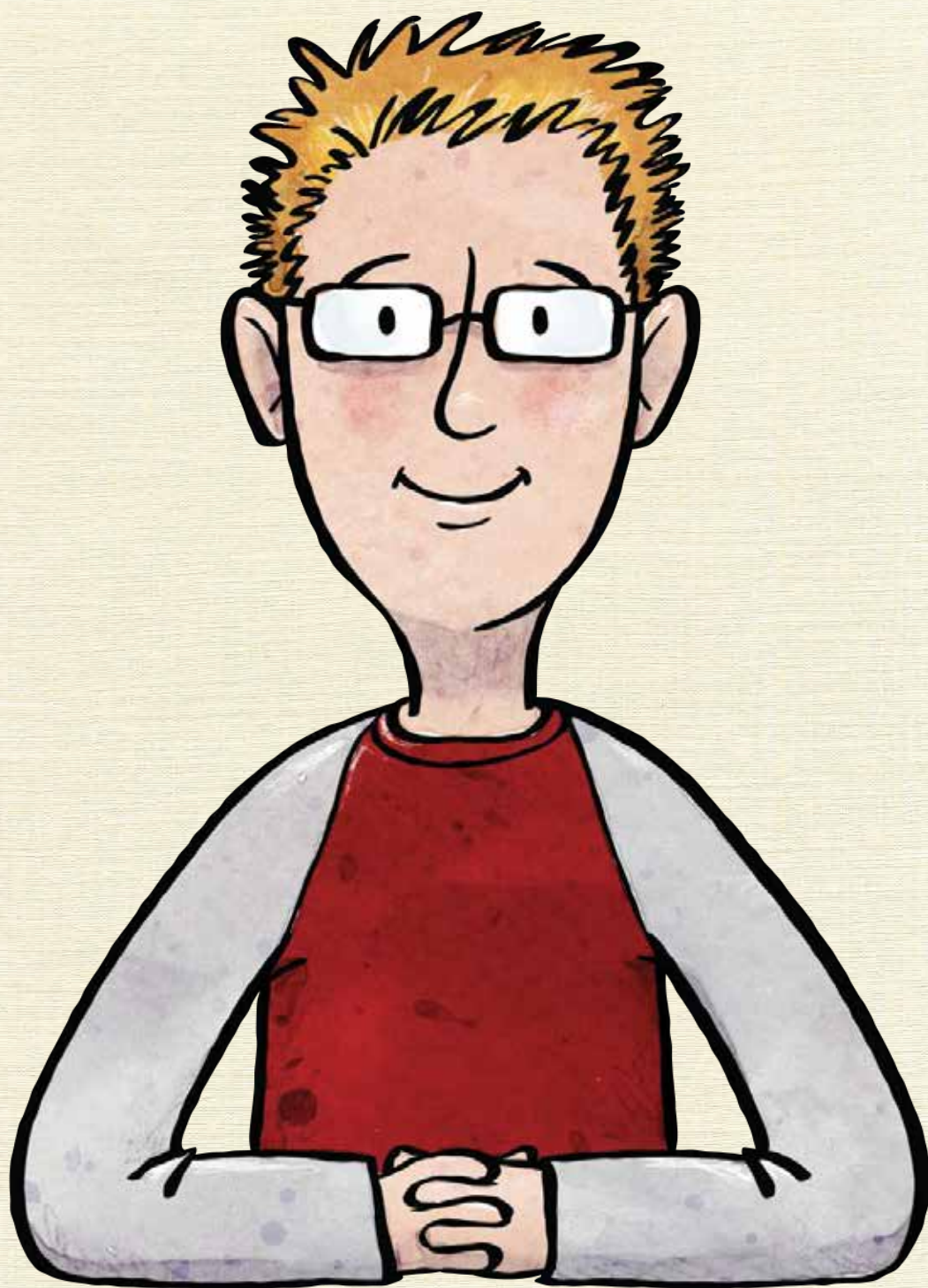
cansado





tonto





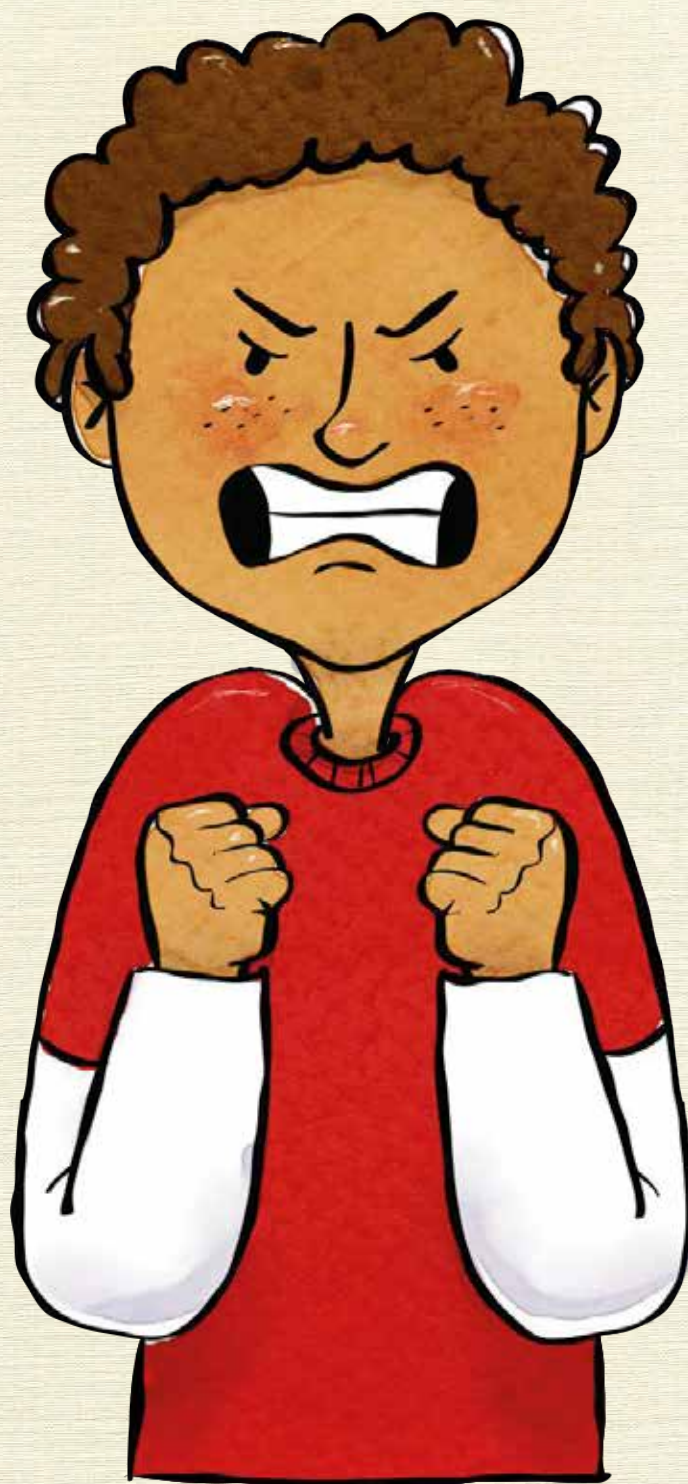
atento





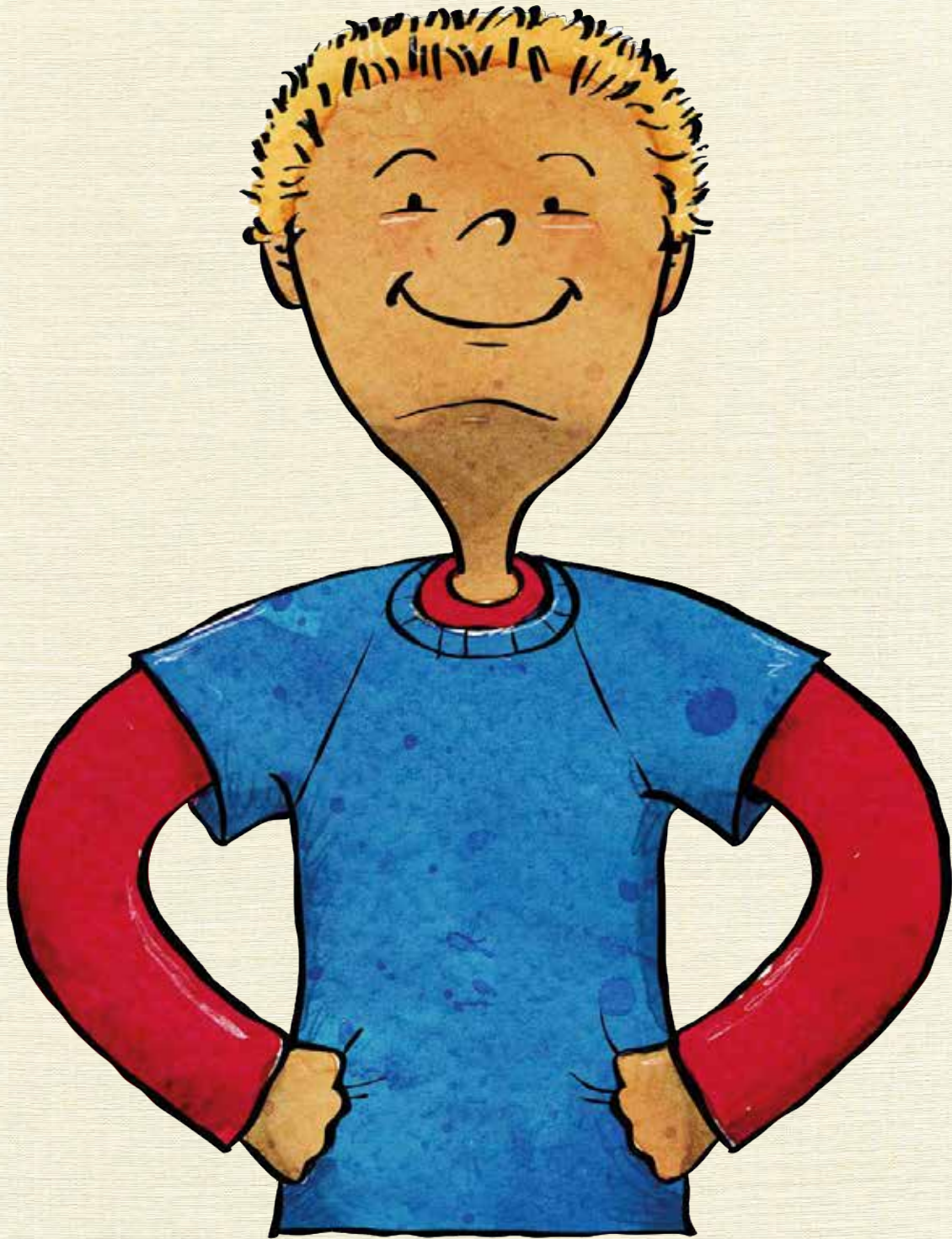
sano





enfadado





valiente





triste





divertido





Co-funded by
the European Union



Erasmus+
Enriching lives, opening minds.

