



Desarrollo Personal



Actividad grupal 13: Satisfactores adecuados a las necesidades

Tema: Problemáticas comunes de la adolescencia

Reúnete en equipo para rellenar el siguiente formato con los satisfactores adecuados e inadecuados frente a cada situación:

Situación	Satisfactores adecuados	Satisfactores inadecuados
Hambre	Alimentos	Comida chatarra
Sed	Agua	Refresco
Sueño		
Fatiga-cansancio		
Soledad		
Ignorancia		
Enfermedad		
Pereza		
Ansiedad		

Angustia		
Miedo		
Marginación o pobreza		
Incomunicación personal		