



DIPLOMADO INTEGRAL EN NEUROPEDAGOGÍA 2024 PREGUNTAS MÓDULO 8: NEUROBIOLOGÍA DE LAS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Esta copia en PDF de la evaluación del Módulo 8 “Neurobiología de las emociones y sentimientos” tiene por objetivo que puedas tener a la vista las preguntas y revisar de mejor manera las clases, apuntando a lo que quieres reforzar.

Son 24 ítems de selección múltiple.

Este documento no es válido como evaluación. La evaluación se responde en la Academia Creativa.

Tienes plazo hasta el 9 de diciembre, hasta las 23.59.

1. Si considerara la teoría del Feedback Sensorial de Williams James y de Carl Lange ante un estímulo emocional, como por ejemplo, el final de una película muy dramática, ¿qué ocurriría primero?
 - a) Sentimiento de tristeza.
 - b) Llorar.
 - c) Feedback o retroalimentación sensorial de mis lágrimas cayendo por mi cara.
 - d) Reír.

2. Encuentre el enunciado correcto relacionado con el término “*presupuesto corporal*”.
 - a) Anticipar en nuestra mente inconsciente, basándonos en acciones del pasado, qué recursos corporales necesitaremos para enfrentar una emoción.
 - b) Pensar conscientemente una acción corporal para enfrentar una situación emocional.
 - c) Aprender durante una emoción una forma de resolver correctamente con el pensamiento una situación emocional.
 - d) Lo que sucede en el cuerpo cuando tenemos una emoción.

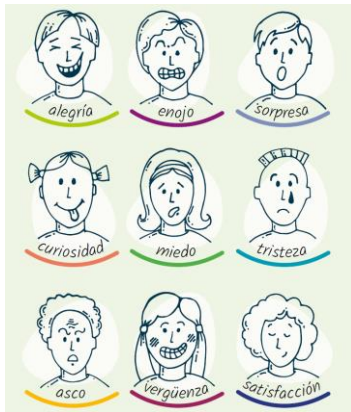
3. La siguiente es una lista de fenómenos físicos o mentales que ocurren durante una emoción como la angustia. Los mismos se enumeran en forma desordenada. Elija la respuesta que los ordena en una forma lógica según el circuito emoción-sentimiento.
 - 1- Estímulo emocional externo (mi hijo me avisa que se va a vivir afuera).
 - 2- Siento angustia, pero debo dejarlo crecer.

3- Percepción interoceptiva y propioceptiva (siento un nudo en el estómago y se me contractura la espalda).

4- Acción corporal: nudo en el estómago y contractura de la espalda.

- a) 1-2-3-4
- b) 1-4-3-2
- c) 1-3-4-2
- d) 1-2-4-3

4. Usted es invitada/o a participar del diseño de una actividad para enseñar emociones a niños y niñas y entre sus hojas una actividad muestra esta imagen. ¿Qué podría opinar luego de lo aprendido junto a nosotros?



- a) Usar solo la cara para expresar emociones limita la emisión emocional de los niños.
- b) Esa cara no muestra curiosidad, hay otra que es la correcta.
- c) Es un excelente recurso para trabajar con niños más grandes.
- d) Buena idea, solo mejoraría los dibujos para mostrar únicamente las emociones básicas.

5. Señale cuál es el principal error de este director de colegio (ver foto) si quiere recibir a los padres de un estudiante para comunicarles algo con emoción:



- a) No está mostrando todo su cuerpo para comunicar.
 - b) La expresión de enojo de su cara no se observa por la mascarilla (barbijo).
 - c) No los mira a los ojos.
 - d) El despacho está desordenado.
6. De las interesantes investigaciones sobre emociones de Susan Bloch y Guy Santibáñez podemos aprender que:
- a) Lograron caracterizar emociones a partir de la observación de patrones de respiración, expresiones faciales y posturales.
 - b) Pudieron activar el proceso emocional en los participantes pidiéndoles que solo repitieran los patrones posturales y faciales.
 - c) A partir de su trabajo generan primero el método BOS y luego lo perfecciona en el método Alba Emoting que permite trabajar las emociones a través de la aplicación intencional de acciones corporales específicas.
 - d) Todas las opciones anteriores son CORRECTAS.
7. Junto a sus alumnos leen una historia sobre un paladín de la justicia y en un momento dado de la lectura consideran que, por el relato, el paladín tiene una emoción con una energía de +3 y un bienestar (valencia) de -3. Analizando el Medidor Emocional de la siguiente imagen, ¿qué emoción está atravesando el paladín?



- a) Solitario.
 - b) Nervioso.
 - c) Preocupado.
 - d) Enfadado.
8. La teoría abierta y construida de las emociones positivas de Bárbara Fredrickson señala que:
- a) La alegría y el bienestar áulico son un paso obligatorio para generar curiosidad y atención en el aula.
 - b) La importancia de que haya orden y disciplina estricta, silencio, baja participación para mejorar la atención de los estudiantes.
 - c) Si penalizamos los intentos de exploración permitimos la concentración y aumentamos la gama de percepciones, pensamientos y acciones de los estudiantes.
 - d) Las emociones negativas no tienen ningún efecto sobre la atención y la curiosidad.
9. ¿Cuál sería la mejor forma de actuar ante una persona que necesita nuestro apoyo emocional?
- a) Decirle: “Ánimo, ya pasará”.
 - b) Decirle: “Dale, vamos, no seas exagerado”.
 - c) Decirle: “Cuéntame qué te pasa, qué sientes”, y luego ayudarlo a que saque sus propias conclusiones.
 - d) Decirle: “Mira lo que hago yo ante estas situaciones y aprende”.
10. Señale la opción CORRECTA asociada a la teoría de las emociones construidas de Lisa Feldman Barrett:
- a) Somos siempre arquitectos de nuestra propia experiencia emocional.
 - b) Las emociones tienen una huella dactilar corporal distintiva.
 - c) Las emociones son universales.
 - d) Las emociones son reacciones al mundo muy similares entre las personas.
11. Señale la mejor definición de granularidad emocional:
- a) Es contar con algunas formas básicas de emoción.
 - b) Es una destreza que nos permite hilar mucho más fino lo que implica manejar un mejor concepto para definir las emociones que sentimos.
 - c) Es contar con pocas opciones de conceptos mentales para procesar una emoción.
 - d) Es desplegar varias respuestas corporales ante una emoción.

12. ¿Qué postura corporal en el aula podría hacer que por inducción recuerde más los hechos negativos y que pierda rápidamente la motivación ante desafíos en una clase?
- a) Sentado erguido, bien derecho.
 - b) Cara enojada.
 - c) Sentado en forma encorvada (flexión).
 - d) De pie.
13. Las neuronas en espejo me permiten:
- a) Imitar aspectos emocionales de las personas que me rodean.
 - b) Motivar a las personas que me rodean con mi postura de pasión y energía.
 - c) Contagiar mi risa y generar por retroalimentación facial estados de ánimo positivos en quiénes me rodean.
 - d) Todas las opciones anteriores son correctas.
14. Con respecto a la importancia del abrazo como mecanismo regulación emocional seleccione la opción CORRECTA:
- a) No es importante la duración de abrazo.
 - b) Es un fuerte mecanismo de compasión.
 - c) Está asociado con la dopamina cerebral.
 - d) Es uno de los mejores mecanismos de inducción.
15. Complete la frase del Neuropsicólogo español Javier Tirapu Ustárroz con las palabras correctas:
“El cerebro es una máquina _____ encaminada a reducir la _____ del entorno”.
- a) Neural - certidumbre.
 - b) Poderosa - variabilidad.
 - c) Predictiva - incertidumbre.
 - d) Sináptica - peligrosidad.
16. Con respecto a las hipótesis de retroalimentación facial de Ross Buck señale la opción CORRECTA:
- a) Utiliza la retroalimentación propioceptiva de los músculos de la cara.
 - b) Es importante la interocepción de los músculos de la cara.
 - c) No es afectada con la cirugía con Botox.
 - d) Poner cara de enojado por copiar la cara de enojado de otra persona no alteraría nuestro estado emocional.

17. Si una persona no quiere mostrar cómo se siente a los demás, evitando la expresión y emisión de la acción corporal, es un tipo de regulación por:
- a) Distracción.
 - b) Inducción.
 - c) Resignificación.
 - d) Compasión.
18. Señale la opción CORRECTA:
- a) La soledad es una buena compañera emocional.
 - b) Las redes sociales sirven para solucionar nuestros problemas emocionales.
 - c) Una postura encorvada mirando hacia abajo aumenta testosterona y baja el cortisol del estrés.
 - d) Las personas inteligentes emocionalmente saben pronosticar, categorizar, emitir, percibir y regular correctamente las emociones.
19. Señale cuál enunciado se asocia con la regulación emocional de inducción:
- a) Contar un chiste a otra persona.
 - b) Rodearme de gente con buen humor.
 - c) Hacer yoga.
 - d) Todas las opciones anteriores son correctas.
20. ¿Cómo se denomina la fase del sueño caracterizada por: ondas cerebrales electroencefalográficas similares al cerebro durante la vigilia, erección del pene y del clítoris, sueños detallistas, falta total de movimiento corporal excepto en los ojos y la respiración?
- a) Fase hipnagógica.
 - b) Fase REM o MOR.
 - c) Fase NREM o NMOR.
 - d) Fase Vigilia.
21. Una persona toma Benzodiazepinas (clonazepam, diazepam, dormicum) en forma rutinaria). Señale cuál enunciado relacionado con el sueño es correcto:
- a) Carece de sueños detallistas y por lo tanto puede tener fallas en su memoria emocional.
 - b) Se despierta varias veces durante la noche.
 - c) Tiene pesadillas y habla durante la noche.
 - d) Tiene problemas a la hora de recordar hechos no emocionales que le han pasado durante el día.
22. Seleccione la molécula química relacionada con el sistema de regulación del sueño denominado de vigilancia circadiana:
- a) Melatol.
 - b) Melatonina.
 - c) Adenosina.
 - d) Adenina.

23. En asociación con cronotipo tipo tardío o tipo B que en general poseen los adolescentes, señale la opción CORRECTA:

- a) Le encanta ir a las 7 am al colegio.
- b) Es típico de los adolescentes porque en general son flojos (vagos) y les gusta acostarse tarde.
- c) Le es fácil conciliar el sueño temprano en la noche.
- d) Podría ser necesario anotarlos en colegios que tengan un horario de entrada más tardío o con clases nocturnas.

24. Señale el enunciado CORRECTO:

- a) Durante la noche guardamos lo aprendido sin hacerle ninguna modificación, la transformación abstracta de un aprendizaje se hace solo mientras estamos despiertos.
- b) Las clases que se den por la tarde en la doble escolaridad podría generar interferencia con lo aprendido en el primer turno debido a la falta de consolidación.
- c) Dormir una microsiesta en el medio de la clase es una falta de respeto y no tiene ninguna utilidad.
- d) Estudiar toda la noche antes de un examen te permite aprobarlo y generar memorias que perduran en el tiempo.