Materia: Tutoría

Profesora: Ana María Cosman

Curso: 2° año B

**Trabajo Práctico N° 18**

Actividades

A partir de la lectura:¿Qué no hacer durante un ataque de ansiedad?

Leer y analizar cada aspecto a tener en cuenta: en especial con las fechas próximas de los segundos trimestrales

A) Tener en cuenta si me ha pasado o alguna persona cercana a mí, en el instituto, familia, etc.

B) Estudiar para aprender a reconocer y actuar de forma adecuada.